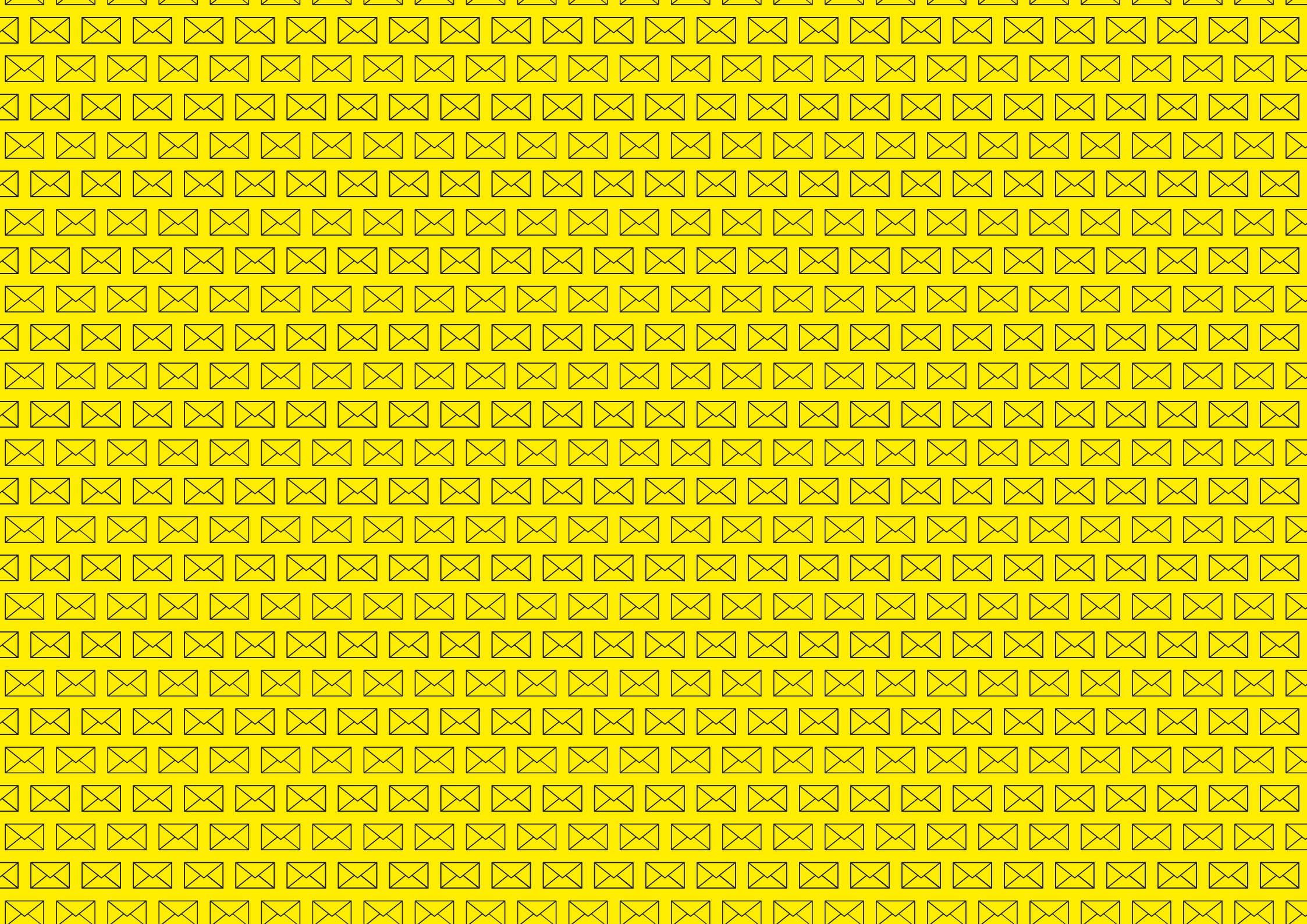


SKOLORNAS BREVMARATON 2023

LÄRARGUIDEN

Våra ord kan förändra världen







INNEHÅLLSFÖRTECKNING

INLEDNING	4	UPPGIFTER	19	SKRIVANDET AV BREV OCH SOLIDARITETSHÄLSNINGAR	33
Anvisningar för användningen av materialet	5	Uppgift: Vilka rättigheter tillgodoses inte?	20	Anvisningar för att skriva brev	34
Vad är skolornas brevmaraton	6	Uppgift: Hur försvaras mänskliga rättigheter?	21	Vanliga frågor	35
Lektionens målsättningar och anknytning till läroplanen	7	Uppgift: Rocky Myers, USA	22	Detaljerat exempelbrev	36
Kampanjens tema: dödsstraffet och rätten till trygg abort	8	Uppgift: Justyna Wydrzyńska, Polen	24	Appellbrev för Rocky Myers	37
DESSA PERSONER STÖTTAR VI	9	UPPGIFTERNAS BILAGOR	27	Appellbrev för Justyna Wydrzyńska	38
Rocky Myers, USA	10	Bilaga: Sammanfattning av FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna	28	Anvisningar för solidaritetshälsningar	40
Bakgrund: Dödsstraff – när staten dödar	11	Bilaga: Karta över länder som använde sig av dödsstraff år 2022	29	Solidaritetshälsning för Rocky Myers	41
Justyna Wydrzyńska, Polen	12	Bilaga: Terminologi i anknytning till dödsstraffet	30	Solidaritetshälsning för Justyna Wydrzyńska	42
Bakgrund: Abort och människorättskränkningar	13	Bilaga: Ordspelkort	31	ORDLISTA SVENSKA – ENGELSKA	43
MÄNSKLIGA RÄTTIGHETER	14	Bilaga: Rätten till trygg abort	32		
Vad är mänskliga rättigheter?	15				



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 **dödsstraffet och rätten till trygg abort**. Rätten till liv, frihet och personlig säkerhet samt rätten till hälsa, privatliv samt ett liv fritt från diskriminering och tortyr är rättigheter som tryggas i FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna, i internationella människorättskonventioner 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 sina egna och andras rättigheter. Målet med skolornas brevmaraton är att lyfta fram de människorättskränkningar som kampanjens målpersoner blivit utsatta för, uppmuntra elever att agera till stöd för dessa personer, men också utbilda och informera

skolor 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 hamnat ut för i länder som ligger långt ifrån 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, eftersom 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 mänskliga rättigheter som anknyter sig till deras berättelser. Den aktiverande delen 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.

Tillhörande video- och bildmaterial hittar du på adressen: <https://www.amnesty.fi/sv/brevmaraton-for-skolor/material/>

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

Om du vill kan du ladda ner elevens material som 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 – tillsammans skriver vi för att skapa förändring!

Hälsningar,

Emma Åman

Sakkunnig i människorättsfostran





ANVISNINGAR FÖR ANVÄNDNINGEN AV MATERIALET

Kolonialismen har lämnat sina spår i Finland och i världen och avspeglar sig i det sätt som vi till vardags, i media och i utbildningsmaterial talar om minoriteter och samhällen utanför västvärlden med icke-vit befolkning. Det här berör också bistånds- och människorättsorganisationer. Därför är det viktigt att personerna och deras berättelser behandlas under lektionen på ett sätt som respekterar personernas människovärde och handlingskraft samt avvecklar skadliga stereotyper och fördomar.

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

- Hurdana antaganden styr dina elevers eller dina egna tankar om Finland och de samhällen som kampanjens målpersoner bor i? Varifrån kommer dessa antaganden?
- 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 er egen möjlighet att påverka? Vilka fördelar har 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. Därför är det viktigt att diskutera fördomar som gäller tematiken och kampanjens målpersoner; för att förhindra och ingripa vid diskriminering och vara medveten om vilka grupper vi lätt uppfattar som annorlunda.

- Hur kan du ingripa i situationer där det förekommer tal eller handlingar där människor framställs som "främmande och onormala"? Hur kan du fungera som stöd i sådana situationer och stötta människor 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

<https://yhdenvertaisuus.fi/sv/ordlista>

Fredskämparna i Finland rf:s material för mediefostran som främjar likabehandling med ett västkritiskt grepp (på finska): lantisentuollapuolen.rauhanpuolustajat.org/

Kompetenscentrum för köns mångfald: *Mångfalden av kön och kroppar – handbok på svenska*

https://sukupuolenosaamiskeskus.fi/kompetenscentrum_for_konsmangfald/material/

THL: *Webbutbildning om antirasism för yrkespersoner*

<https://thl.fi/sv/web/invandring-och-kulturell-mangfald/stodmaterial/webbutbildning-om-antirasism-for-yrkespersoner>



VAD ÄR SKOLORNAS BREVMARATON?

Amnestys Skolornas brevmaraton är en del av den årliga internationella kampanjen Write for Rights. Tidpunkten för kampanjen är kring den internationella dagen för mänskliga rättigheter som firas den 10.12, och målet 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.

Amnestys Skolornas brevmaraton har ordnats i Finland sedan år 2013. Under åren har finländska elever vädjat 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 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 man för att skydda människorättsförsvarare i Ukraina och i Iran. Nästan 400 000 människor runt om i världen skrev appeller för att attackerna mot ukrainska **Vitalina Koval** skulle utredas. 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 tillämpningen 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 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 ordnandet av 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 2022 gav upphov till över 5,3 miljoner gärningar för mänskliga rättigheter.



LEKTIONENS MÅLSÄTTNINGAR OCH ANKNYTNING TILL LÄROPLANEN

Innehållet i den här guiden har planerats för att motsvara inlärningsmålen i läroplanerna för den grundläggande utbildningen och gymnasiet. Skolornas brevmaraton handlar om människorättsfostran. Människorättfostran ökar elevernas kunskap om de mänskliga rättigheterna genom en aktiverande metod som överskrider läroämnesgränserna. Den uppmuntrar eleverna att delta i formandet av 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 författningar som påverkar människors liv. Under lektionen går eleverna igenom exempel på människorättskränkningar, bekantar sig med berättelser om individer som försvarar de mänskliga rättigheterna och som utsatts för dylika kränkningar, och får slutligen 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 sig 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 brevskrivarmaraton får eleverna tolka berättelser och bilder, samt producera slagkraftig och formell text.



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

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





KAMPANJENS TEMA:

DÖDSSTRAFFET OCH RÄTTEN TILL TRYGG ABORT

Årets kampanj handlar om dödsstraffet och rätten till abort. Båda teman är internationellt omtvistade och väcker starka reaktioner. Vissa kan tycka att det är förbryllande att tala om dessa ämnen samtidigt. Ur ett människorättsperspektiv går det emellertid bra att både motsätta sig dödsstraffet och försvara aborträtten.

Dödsstraffet kränker den mest grundläggande mänskliga rättigheten – rätten till liv. Utan rätten till liv finns inga andra rättigheter. Amnesty motsätter sig användningen av dödsstraff, i alla situationer, utan undantag. Det spelar ingen roll vilket brott en person blivit dömd för, om hen är skyldig eller vilket det planerade avrättningssättet är. Rätten till liv tillhör alla, och staten har inte rätt att beröva en människas liv.

Rättigheterna för ett foster eller ett embryo definieras inte av internationell rätt. Amnesty tar inte ställning till den etiska diskussionen om när ett liv börjar. Amnestys åsikt i abortfrågan bygger på internationell rätt och praxis, som utgår från att de mänskliga rättigheterna gäller från födseln, inte innan dess. Amnesty tar inte heller ställning till hur långt in i graviditeten en abort ska vara möjlig.

Rätten till trygg abort handlar om den gravida personens rätt till ett människovärdigt liv. Att förbjuda eller kriminalisera abort minskar inte antalet aborter, utan gör dem farligare. I världen utförs omkring 25 miljoner farliga aborter årligen. Enligt världshälsoorganisationen WHO är farliga aborter den tredje största orsaken till mödradödlighet. Därtill leder de till att fem miljoner personer skadas, något som kunde förebyggas. När en

abort utförs medicinskt eller av en yrkesperson inom hälsovården under hygieniska omständigheter handlar det om en av de tryggaste medicinska processerna – statistiskt sett till och med tryggare än en födsel.

Du kan läsa mer om mänskliga rättigheter i anknytning till abort på sidan 32 samt på Amnestys webbplats <https://www.amnesty.fi/sv/vad-gor-amnesty/abort/>.



A close-up photograph of a person's hand holding a blue pen, writing on a document. The image is overlaid with a semi-transparent blue gradient. In the center, there is a white rectangular box containing the text 'MÅLPERSONERNA' in a bold, white, sans-serif font. The background shows the person's hand and the pen in motion, with some faint lines visible on the document being written on.

MÅLPERSONERNA

10



USA

ROCKY MYERS

Rocky Myers beskrivs av sina närmaste och bekanta som en snäll och välvillig person. Han älskar sina syskon, sina barn och sina barnbarn, som alla beundrar honom. Rocky spelar trummor och har bland annat varit trummis för kyrkokörens orkester. När Rocky var 11 år fick han diagnosen intellektuell funktionsnedsättning. Han har svårt att läsa och har utmaningar med att gestalta klocktider och datum.

En natt år 1991, då Rocky befann sig i staden Decatur i Alabama, förändrades hans liv för gott.

En vit kvinna i pensionsåldern mördades i denna stadsdel med svart majoritetsbefolkning. Rocky, som själv är svart, bodde på andra sidan gatan från brottsplatsen. Han dömdes för mord, trots att det inte fanns några bevis som anknöt honom till det skeddä – förutom en videobandspelare som tillhört offret, som Rocky berättat att han hittat övergiven på gatan.



ROCKY MYERS HAR VÄNTAT PÅ ATT BLI AVRÄTTAD I NÄSTAN 30 ÅR

DEN ORÄTTVISA DÖDSDOMEN MÅSTE UPPHÄVAS

Under rättsprocessen var bevisföringen osammanhängande. Det finns också misstankar om att polisen skulle ha pressat vittnen, och senare berättade ett av nyckelvittnena att hen ljugit.

Juryn, som främst bestod av vita personer, dömdo Rocky som skyldig, men rekommenderade livstidsfängelse som dom. Domaren som ledde rättegången dömdo emellertid Rocky till dödsstraff. Att överträda juryns beslut på detta sätt är nuförtiden olagligt i Alabama.

Högsta domstolen i USA har konstaterat att åtalade med intellektuell funktionsnedsättning är särskilt utsatta för att bli avrättade på fel grunder. Detta verkar även gälla i Rockys fall. Han har inte heller lyckats överklaga domen inom utsatt tid, eftersom hans juridiska hjälp varit ineffektiv och advokaten som representerade honom efter domen har övergett honom.

Rocky Myers har väntat på verkställandet av sitt dödsstraff redan i nästan 30 år. Fem år sedan måste han välja metod för hur hans avrättning ska förverkligas.

Dödsstraffet är ett grymt och inhumant straff som kränker en grundläggande mänsklig rättighet – rätten till liv. Amnesty motsätter sig dödsstraff i alla situationer, utan undantag – oberoende av utfört brott, skuld eller andra faktorer som har med den dömda att göra, samt avrättningsmetoden.

Rocky Myers avrättning kan verkställas när som helst. Hans enda hopp är att guvernören i Alabama byter ut domen.

Kräv att guvernören i Alabama stoppar avrättningen av Rocky Myers.

BAKGRUND: DÖDSSTRAFF – NÄR STATEN DÖDAR

Dödsstraffet kränker rätten till liv på ett extremt sätt. Det är ett grymt, inhumant och förnedrande straff. Amnesty motsätter sig användningen av dödsstraff i alla situationer – oberoende av vilket brott en person blivit dömd för eller hur avrättningen ska genomföras, och vare sig hen är skyldig eller inte.

Enligt internationell rätt kan dödsstraff endast åläggas för de allra allvarligaste brotten. Internationella rättsliga organ har tolkat att detta endast gäller avsiktligt dödande, alltså mord. Trots detta avrättas människor varje dag och döms till döden för många olika slags brott – även handlingar som inte alls borde klassas som brott.

I vissa länder kan man dömas till döden för

- narkotikabrott
- terroristiska handlingar
- korruption

Bland de som åläggs med dödsstraff finns ofta

- personer under 18 år
- personer med intellektuell funktionsnedsättning

Dödsstraff kan åläggas trots följande omständigheter

- en orättvis rättegång
- processen tydligt bryter mot internationell rätt
- de dömda kan tillbringa årtal i så kallade dödsceller utan att veta när deras avrättning äger rum

Dödsstraffet är ett oåterkalleligt straff. Eftersom inget rättssystem är perfekt finns alltid risk för att en oskyldig person avrättas. Till exempel i USA har åtminstone 166 dödsdömda fångar befriats sedan år 1973.

Dödsstraffet diskriminerar. En oproportionerligt stor andel av dem som döms till döden är fattiga eller personer som tillhör etniska eller religiösa minoriteter. I USA är 41 procent av dem som väntar på dödsdom svarta personer, trots att svarta utgör bara 13 procent av landets befolkning. På olika håll i världen avrättas personer också till följd av orättvisa rättegångar.

Dödsstraffet gör samhället råare. Dess bakomliggande motivering är hämnd, men det lönar sig inte att bygga ett samhälle med ett rättssystem som baserar sig på hämnd. Rätten till liv tillhör alla, också personer som begår brott.

Dödsstraffet stoppar inte våldsbrott och gör inte samhället tryggare. Statistik visar att brotten i länder som avskaffat dödsstraffet inte har ökat.

Forskning om dödsstraffet visar att dess funktion inte är avskräckande och att straffet inte förebygger våldsbrott. Däremot har avskaffandet av dödsstraff haft en positiv inverkan på brottsstatistiken ute i världen.

År 2022 rapporterade Amnesty sammanlagt 883 avrättningar i 20 länder. Flest rapporterade avrättningar skedde i Iran, Saudiarabien, Egypten och USA. Kina tros avrätta fler människor än hela världen tillsammans, men där är avrättningarna en statshemlighet.

I USA har de årliga avrättningssiffrorna sjunkit stadigt sedan början av 2000-talet. År 2022 fanns USA ändå igen med på listan över de fem länder som avrättar flest människor.

Brott och deras straffrättsliga påföljder ska inte förminsкас. De som förlorar sina kära till följd av brott mot liv förtjänar rättvisa och att skyldiga dras inför rätta. Brott bör motarbetas och straffas, men alltid med respekt för mänskliga rättigheter och människovärde.

Amnesty appellerar för enskilda dödsdömda personer och kräver att staterna förbjuder avrättningar i lag. Vårt mål är att avskaffa dödsstraffet överallt i världen.



JUSTYNA WYDRZYŃSKA



DÖMD TILL SAMHÄLLSTJÄNST FÖR ATT HA FÖRSVARAT TRYGGA ABORTER

Efter att **Justyna Wydrzyńska** personligen upplevt hur hon varken fick abort eller information om ingreppet när hon behövde det inspirerades hon att hjälpa andra. Hon ville hjälpa människor göra medvetna val kring sin reproduktiva hälsa.

Justyna var med om att grunda kollektivet Abortion Dream Team. Aktivisterna inom kollektivet har fört kampanj mot abortens negativa stigma och erbjuder råd för hur man kan få tillgång till trygg abort i Polen. Den polska abortlagstiftningen hör till den strängaste i Europa.

I februari 2020 tog Ania (som egentligen heter något annat) kontakt med Justyna. Ania var gravid, desperat och levde i ett förhållande där hon utsattes för våld. Hon sade att hon hellre dör än fortsätter sin graviditet. Justyna hade upplevt

och överlevt våld i sitt eget parförhållande, och visste direkt att hon måste hjälpa. Hon skickade Ania sina egna abortpiller, men den våldsamma partnern knuckte åt sig paketet och kontaktade polisen, som lade beslag på pillren.

I november 2021 väckte den allmänna åklagaren åtal mot Justyna för "medhjälp till abort". I mars 2023 konstaterades hon skyldig och dömdes till åtta månaders samhällstjänst. Hennes advokater har överklagat domen.

Justynas dom är ett farligt prejudikat. Utan stöd och information av henne och andra aktivister skulle människor som Ania lämnas ensamma, utan möjlighet att få trygg abort.

Trygg abort är en mänsklig rättighet.

Trots de hatiska attityder som Justyna utsatts för tänker hon vara modig och säger "Jag styrdes av en vilja att hjälpa i en situation där ingen annan ville eller kunde hjälpa. Det kändes självklart att hjälpa Ania, det var en människovärdig och ärlig gärning."

Kräv att Polens allmänna åklagare upphäver den orättvisa domen mot Justyna.



Strafflagar och andra straffrättsliga åtgärder som begränsar eller stoppar avbrytandet av en graviditet tvingar ofta kvinnor, flickor och andra gravida att ty sig till aborter som utförs i smyg och/eller till farliga aborter, eller att fortsätta en graviditet som kan skada deras fysiska och psykiska hälsa. Var och en har rätt till personlig och kroppslig självbestämmanderätt, personlig frihet och säkerhet samt till ett människovärdigt och jämlikt liv fritt från diskriminering. Alla dessa rättigheter står hotade om man inte har tillgång till abort. Att kriminalisera aborttjänster kan också leda till människorättskränkningar, eftersom det tvingar gravida personer att ty sig till farliga aborter som i vissa fall kan leda till dödsfall och skador som kunde förebyggas.

Människorättsförsvarare som Justyna försvarar kvinnors rättigheter och rättigheter i anknytning till jämställdhet, så som sexuella och reproduktiva rättigheter. Världen tampas fortfarande med social och ekonomisk ojämlikhet och könsbaserad diskriminering. Det här leder till att kvinnor som försvarar mänskliga rättigheter ofta stämplas och attackeras systematiskt för vad de gör och vad de står för.

Kvinnliga människorättsförsvarare står upp mot orättvisor, människorättskränkningar och diskriminering överallt i världen, ofta till följd av egna upplevelser. Deras arbete spelar en stor roll i kampen mot ett ojämlikt samhälle och rasism, och för mänskliga rättigheter, och de jobbar ofta för att åstadkomma stora förändringar inom olika samhällssektorer. Kvinnliga människorättsförsvarare utmanar ofta rådande samhällsstrukturer, skadliga sociala normer och stereotypa könsroller. Regeringar måste uppfylla sina människorättsförpliktelser och se till att dessa aktivister får gå säkra och agera fritt.

Slutligen gäller det att notera att internationell människorättslagstiftning och -standarder tydligt konstaterar att mänskliga rättigheter gäller efter födseln, inte före den. Vissa länder har godtagit och tillämpar lagar och praxis som siktar på att ge mänskliga rättigheter åt foster, embryon, befruktade äggceller och könsceller på bekostnad av kvinnors, flickors och alla gravida personers rättigheter. De som motsätter sig och vill kriminalisera abort säger ofta att abort kränker fostrets "rätt till liv". Ur ett människorättsperspektiv stämmer detta ändå inte, eftersom internationella och regionala människorättsavtal och organen som tillämpar dem anser att mänskliga rättigheter gäller först efter födseln. Inte ett enda internat-

ionellt människorättsorgan har någonsin erkänt att ett foster skulle inneha rättigheter som definieras i Internationella konventionen om medborgerliga och politiska rättigheter, barnkonventionen eller i andra internationella människorättsavtal. Därtill har inte ett enda organ som övervakar uppfyllandet av mänskliga rättigheter konstaterat att abort skulle vara i konflikt med mänskliga rättigheter – inte heller rätten till liv.

* Amnesty International talar om kvinnor och flickor samt gravida personer. Den här formuleringen erkänner att trots att abortfrågor oftast berör kvinnliga cispersoner (alltså kvinnor och flickor vars identitet och kön överensstämmer med det som angivits vid födseln), gäller de också interkönade personer, transmän och -pojkar samt människor med annan könsidentitet, som kan bli gravida och som kan ha behov av abort.



MÄNSKLIGA RÄTTIGHETER





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 samhälllig ställning. Alla människor har förutom rättigheter också skyldighet att respektera andras rättigheter. Ingen får till exempel diskrimineras, eftersom det kränker förbudet mot diskriminering i människorättskonventionen. De mänskliga rättigheterna trygkas 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 mista sina rättigheter, liksom inte heller upphöra att vara människa. Man 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.



FN:S ALLMÄNNA FÖRKLARING OM DE MÄNSKLIGA RÄTTIGHET- ERNA (ENGL. 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, rätt till asyl, rätt 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 konventioner, 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.



INTERNATIONELLA MÄNSKORÄTTSAVTAL

De mänskliga rättigheterna är till för att skydda människor och medför därmed skyldigheter för statsledningar, 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 tillgodo-seendet av rättigheterna i praktiken. Merparten av världens stater har förbundit sig till internationella människorättskonventioner.



RÄTTEN TILL LIKABEHANDLING OCH FRIHET FRÅN DISKRIM- INERING SAMT LIKHET INFÖR LAGEN

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

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.

Vi har alla rätt till jämlik behandling. 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 har ansvar att 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



RÄTTEN TILL LIV, PERSONLIG FRIHET OCH SÄKERHET

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

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

Vi har alla rätt att leva trygga och i frihet. 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



RÄTT TILL FRIHET FRÅN TORTYR OCH ANNAN MISSHANDEL

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

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

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 människorättskränkning som orsakar offret kraftig psykisk och/eller fysisk skada, lidande och föröd-mjukelse. 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



RÄTTEN TILL PRIVATLIV

FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna, artikel 12..

Ingen får utsättas för godtyckligt ingripande i fråga om privatliv, familj, hem eller korrespondens och inte heller för angrepp på sin heder eller sitt anseende. Var och en har rätt till lagens skydd mot sådana ingripanden och angrepp.

Var och en av oss har rätt till ett privatliv. Det innebär att vi själva får avgöra vilka saker vi delar med om oss själva och om vårt liv. Det innebär också att staten inte godtyckligt kan ingripa i beslut som handlar till exempel om våra kroppar, relationer eller privatliv. Inte heller kan andra människor blanda sig i våra livsval eller kränka vår självbestämmanderätt.

Rätten till ett privatliv garanteras också i följande avtal:

§ FN:s konvention om medborgerliga och politiska rättigheter, artikel 17



RÄTTEN TILL HÄLSA

FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna, artikel 25.

Var och en har rätt till en levnadsstandard tillräcklig för den egna och familjens hälsa och välbefinnande, inklusive mat, kläder, bostad, hälsovård och nödvändiga sociala tjänster samt rätt till trygghet i händelse av arbetslöshet, sjukdom, invaliditet, makas eller makes död, ålderdom eller annan förlust av försörjning under omständigheter utanför hans eller hennes kontroll.

Var och en av oss har rätt till den bästa möjliga uppnåeliga hälsan. Det innebär att vi har rätt att träffa en läkare och få den vård vi behöver. Vi har också rätt att få tillräckligt näringsrik mat, lämplig klädsel och andra grundläggande saker som behövs för att vi ska känna oss så friska och välbefinnande som möjligt.

Rätten till hälsa garanteras också i följande avtal: :

§ FN:s konvention om ekonomiska, sociala och kulturella rättigheter, artikel 12

A photograph of a social gathering, possibly a party or event, 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, wearing a white t-shirt and a watch, with her hands raised in a gesture. In the background, other people are visible, including one 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 över mänskliga rättigheter (s. 28) och personberättelserna (s. 10-13). Dessa finns också i elevmaterialet på webben.

Övningen lämpar sig bäst som en del av arbetet med personberättelserna, innan eleverna börjar skriva brev eller kort. Övningen är tudelad. I den första delen behandlas berättelserna ur ett etiskt perspektiv och gruppen reflekterar kring hurdana brister som fanns i bemötandet av personen eller personerna. 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 flera) som figurerar i berättelserna. Ställ följande stödfråga:

På vilket sätt blir personen dåligt bemött?

Dela därefter ut 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 eleverna gruppvis i 5–10 minuters tid fundera på följande fråga:

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

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

Inför genomgången av uppgiften kan du be eleverna 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 mänskliga rättigheter som tillhör alla?



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 mänskliga rättigheter (s. 28), pennor, papper

Avsikten med den här övningen är att hjälpa eleverna 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 eleverna 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 sak 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 sin 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 den.

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

- 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 besluta sig för att försvara den valda rättigheten?
- Vad kunde få dem att fortsätta försvara rättigheten i fråga, trots alla svårigheter?

**UPPGIFT: ROCKY MYERS, USA**

Lämpar sig för grupper av alla storlekar



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



Vad behöver du? Rocky Myers berättelse (s. 10), Bakgrund: Dödsstraff – när staten dödar (s. 11), bilagor: Karta över länder som tillämpade dödsstraff 2022 (s.29), Ordlista i anknytning till dödsstraffet (s. 30)

I den här uppgiften bekantar sig eleverna med dödsstraffet ur ett människorättsperspektiv. Avsikten är att öka elevernas empati och förståelse för hur orättvist dödsstraffet är. Uppgiften består av tre delar som kan utföras ihop eller var för sig.

Vänligen observera att uppgiften behandlar teman och berättelser som är svåra och tunga, och de kan påverka deltagarna på olika sätt. Därför är det bra att reservera tid för att diskutera känslor och tankar på ett tryggt sätt.

Del 1: Vad går dödsstraffet ut på?

Be deltagarna reflektera över

- Vad är ett dödsstraff?
- Var har de hört om dödsstraffet tidigare?

Samla in några svar av deltagarna och läs sedan upp följande definition:

Med dödsstraff avses en dom där staten beordrar att personen som begått ett brott ska avrättas.

Dela ut bilagan 'Karta över länder som använde sig av dödsstraff år 2022'. Be deltagarna peka ut de fem länder som mest använder sig av dödsstraffet. Diskutera om de fäste uppmärksamhet vid något speciellt.

Del 2: Håller du med eller inte?

Dela upp klassrummet i två delar; där ena sidan står för "ja" och den andra för "nej"-sidan. Be deltagarna ställa sig i klassrummet enligt hur de besvarar följande frågor. Du kan använda dig av ordlistan i anknytning till dödsstraffet.

Frågor till deltagarna

- Tycker du det är rätt att tillämpa dödsstraff?
- Kräver ett rättvist samhälle att den som dödar ska betala för sina gärningar med sitt eget liv?
- Föreställ dig en situation där du beskylls för något utan tillräckliga bevis. Trots det här konstateras du vara skyldig och döms till döden. Dessutom låter ditt juridiska ombud bli att överklaga din dom och lämnar dig åt ditt öde. Acceptorar du din dom utan att klaga eller försöka ändra på utgången?
- Om du hade den makten, skulle du benåda alla människor som dömts till döden? Varför, varför inte?
- Tror du att alla människor har rätt till liv, oberoende av deras gärningar, hudfärg, förmögenhet, kön, identitet, nationalitet, funktionsförmåga eller andra egenskaper?

I stället för att ställa sig i klassrummet, be deltagarna motivera sina svar.



Be deltagarna återvända till sina platser och läs upp artiklarna 3 och 2 i FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna.

Artikel 3. Var och en har rätt till liv, frihet och personlig säkerhet.

Artikel 2. 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.

Avsluta övningen med hjälp av följande frågor:

- Om alla människor har universell rätt till liv, ska dödsstraff ändå få användas?
- Vad tycker du om påståendet att dödsstraffet avskräcker från kriminalitet bättre än något annat straff?
- Litar du på att staten behandlar alla människor på samma sätt när det kommer till tillämpningen av dödsstraff, eller känner du igen situationer där straffet kan fungera partiskt eller diskriminerande?

Styr debatten genom att använda dig av bakgrundstexten Dödsstraff – när staten dödar. I slutet av diskussionen kan du konstatera:

Dödsstraffet är fortfarande ett lagligt straff enligt internationell rätt, men Amnesty International anser att det kränker rätten till liv. Amnesty jobbar för att ändra på tolkningen av internationell rätt, för att alla rätt till liv ska skyddas. Runtom i världen finns många som väntar på att deras dödsstraff ska verkställas. Vi måste värna om dessa människors rätt till liv. I dag har ni möjlighet att vara med och kräva förändring.

Del 3: Rocky Myers berättelse

Läs högt berättelsen nedan. Berätta för deltagarna att det handlar om verkliga händelser.

Rocky Myers är en svart man från Alabama i USA, som väntar på verkställandet av sitt dödsstraff. Han växte upp fattig i New Jersey, och när han var 11 år konstaterades han ha intellektuell funktionsnedsättning. Rockys närstående beskriver honom som en varm och snäll människa. En natt år 1991 i staden Decatur i Alabama förändrades hans liv för gott.

Be deltagarna jobba parvis och läsa Rockys berättelse. Ge dem ca 10 minuter att läsa berättelsen och diskutera följande frågor.

- Var det rättvist att Rocky dömdes till döden utan bevis som direkt skulle koppla honom till mordet?
- Tror du att Rockys hudfärg kan ha spelat roll för hans dom?
- Rocky har en intellektuell funktionsnedsättning och har svårigheter med att läsa. Han har inte fått ordentlig juridisk hjälp för att bevaka sina rättigheter. Låter det här som en rättvis rättegång?
- Tycker ni att Rocky borde benådas? På vilka grunder?

Samla in svar av några par.

Slutligen kan du konstatera att användningen av dödsstraff orsakar oro gällande uppfyllandet av mänskliga rättigheter. Stater kan använda sig av andra straff som respekterar och skyddar människovärdet. Ändå används dödsstraff fortfarande. Dödsstraffet är ett otroligt grymt straff – särskilt om den åtalade inte fått en rättvis rättegång, så som Rockys berättelse visar. Du har nu möjlighet att skriva till guvernören i Alabama och be honom omvandla Rockys dödsstraff till ett annat straff.



UPPGIFT: JUSTYNA WYDRZYŃSKA, POLEN



Lämpar sig grupper av alla storlekar



Tid ca 30–90 minuter (beroende på hur du vill utföra övningen)



Vad behöver du? Justyna Wydrzyńskas berättelse (s. 12), bilagor: Ordspelskort (s. 31), Rätten till trygg abort (s. 32)

Att notera

Den här uppgiften handlar om sexuella rättigheter, som kan vara kontroversiella ur vissa samfunds eller individers perspektiv. Det är mycket viktigt att vara sensitiv och respektera olika synpunkter och erfarenheter. Det är också viktigt att fästa uppmärksamhet vid att situationen och diskussionen känns trygg. För att deltagarna ska kunna ta hand om sin egen ork och vid behov lämna klassrummet är det bra att berätta om ämnet på förhand. Avsikten med uppgiften är att öka förståelse för ämnet, och då borde tonen vara respektfull och fördomsfri. Ta också i beaktande att diskussionerna kan beröra någon av deltagarna personligen, och därför är det klokt att tänka ut hur du kan stötta dessa personer.

Abort är ett ämne som väcker starka känslor. Det finns skäl att bekanta sig med materialet före lektionen och fundera på vilka delområden som är speciellt känsliga. Under lektionen är det bra om det finns tid att diskutera känslor, både i samband med uppgifterna och efter dem.

Del 1: Låter det bekant?

Be deltagarna forma en cirkel, ståendes eller sittandes. Berätta för dem att du kommer att läsa upp några påståenden och be deltagarna fundera om påståendena stämmer för deras del. Om påståendet berör, be dem sträcka upp sin hand eller klappa två gånger – det kan finnas också andra sätt att signalera. Säg att man inte behöver motivera eller förklara sina svar.

Obs. Om du är oroad för att övningen ska vara för tung eller personlig kan den utföras genom att deltagarna blundar eller inte avger ett ljudligt eller visuellt svar. Genom att se varandras reaktioner kan deltagarna emellertid få bekräftelse för sina egna tankar och känslor.

Påståendena

- Jag har blivit kritiserad eller hotad för saker jag tror på.
- Jag har känt mig rädd för något jag sagt eller gjort, eftersom andra inte hållit med mig.
- Jag har blivit frustrerad över regler eller lagar, eftersom jag tycker att de är orättvisa.
- Jag har känt mig osäker då jag tagit viktiga beslut som påverkat min framtid.
- Jag har upplevt att jag inte kan ta självständiga beslut som gäller min egen kropp.
- Jag har varit tvungen att ta beslut där jag fått prioritera min hälsa och kropp.
- Jag har varit glad då jag lyckats lösa ett problem på egen hand.
- Jag har känt mig stolt över att ha lyckats ändra saker mot det bättre trots svårigheter.
- Jag har känt mig stolt då jag lyssnat på mig själv och tagit hälsosamma beslut.
- Jag har känt mig glad och nöjd över att jag lyckats stötta en annan person som upplevt svårigheter.



- Jag har känt mig glad och lättad då jag fått hjälp av andra, trots att jag trodde att jag måste klara en svår situation på egen hand.

Diskutera med deltagarna vilka tankar uppgiften väckte genom följande frågor

- Vill du dela med dig vilka tankar den här uppgiften väckte?
- Varför är det viktigt att söka stöd hos andra människor då vi befinner oss i en svår situation?
- Har du någonsin överraskats av att ha fått hjälp från ett oväntat håll? Hur kändes det?

Försök hitta gemensamma drag i deltagarnas svar. Avsluta diskussionen genom att tala om hur viktigt det är med empati. Utmaningar, rädslor och missförstånd är normala erfarenheter i en människas liv. Genom empati och solidaritet kan vi emellertid dela erfarenheter och känslor som hjälper oss förstå varandra och växa som människor.

Betona att en del av påståendena som besvarades gällde allas rätt att besluta om sin framtid och om sin kropp och hälsa. Fråga deltagarna:

- Varför är det viktigt att vi själva kan ta beslut om vår egen kropp och hälsa?

- Vad händer om andra människor tar dessa beslut för oss?

Del 2: Abort som en människorätsfråga

Kopiera och klipp ut ordspelskortet eller skriv egna versioner på ett papper.

Inled övningen med att konstatera att abort i egenskap av hälsovårdstjänst är ett komplicerat ämne som väcker många känslor och tankar, också kontroversiella sådana. Berätta för deltagarna att de nu ska få spela ett så kallat associationsspel. Deltagarna tilldelas kort som innehåller ord, och när man får ett kort ska man säga det första ordet, känslan eller tanken som man kommer att tänka på.

Spelets regler

- Det finns inga rätta eller felaktiga svar.
- Ingen behöver förklara sitt svar.
- Om ordet inte väcker några tankar eller om du inte vill dela med dig kan du ge kortet vidare.

Inled övningen med att själv dra ett kort. Om det på kortet står exempelvis "val" kanske du associerar det med "frihet", och så vidare. Låt kortet gå runt i cirkeln så att var och en kan berätta vad de associerar ordet med. När var och en använt sin

tur, dra följande kort och upprepa rundan för varje kort. Uppgiften kan också utföras i små grupper.

När ni gått igenom alla kort, diskutera vilka tankar uppgiften väckte.

- Överraskades deltagarna av något i uppgiften? Varför?
- Fanns det tankar, teman eller känslor som präglade uppgiften?
- Hur förknippas de teman och associationer som uppgiften gav upphov till med mänskliga rättigheter och den samhällsdebatten kring abort?

Påminn till slut att avsikten med diskussionen inte är att hitta en enhetlig åsikt om ämnet eller ändra på någons åsikt om abort. Målet är att öka förståelsen och respekten för olika synpunkter och visa att abort och mänskliga rättigheter är ett mångfacetterat ämne.

Tacka deltagarna för en aktiv och öppen diskussion och för att de varit modiga nog att dela med sig av tankar och känslor kring ett komplicerat och känsligt ämne. Påminn också att diskussionen om känsliga ämnen alltid bör vara empatisk och respektfull, och bör sträva efter ömsesidig förståelse, trots att man skulle vara av olika åsikter.



Del 3: Justynas berättelse

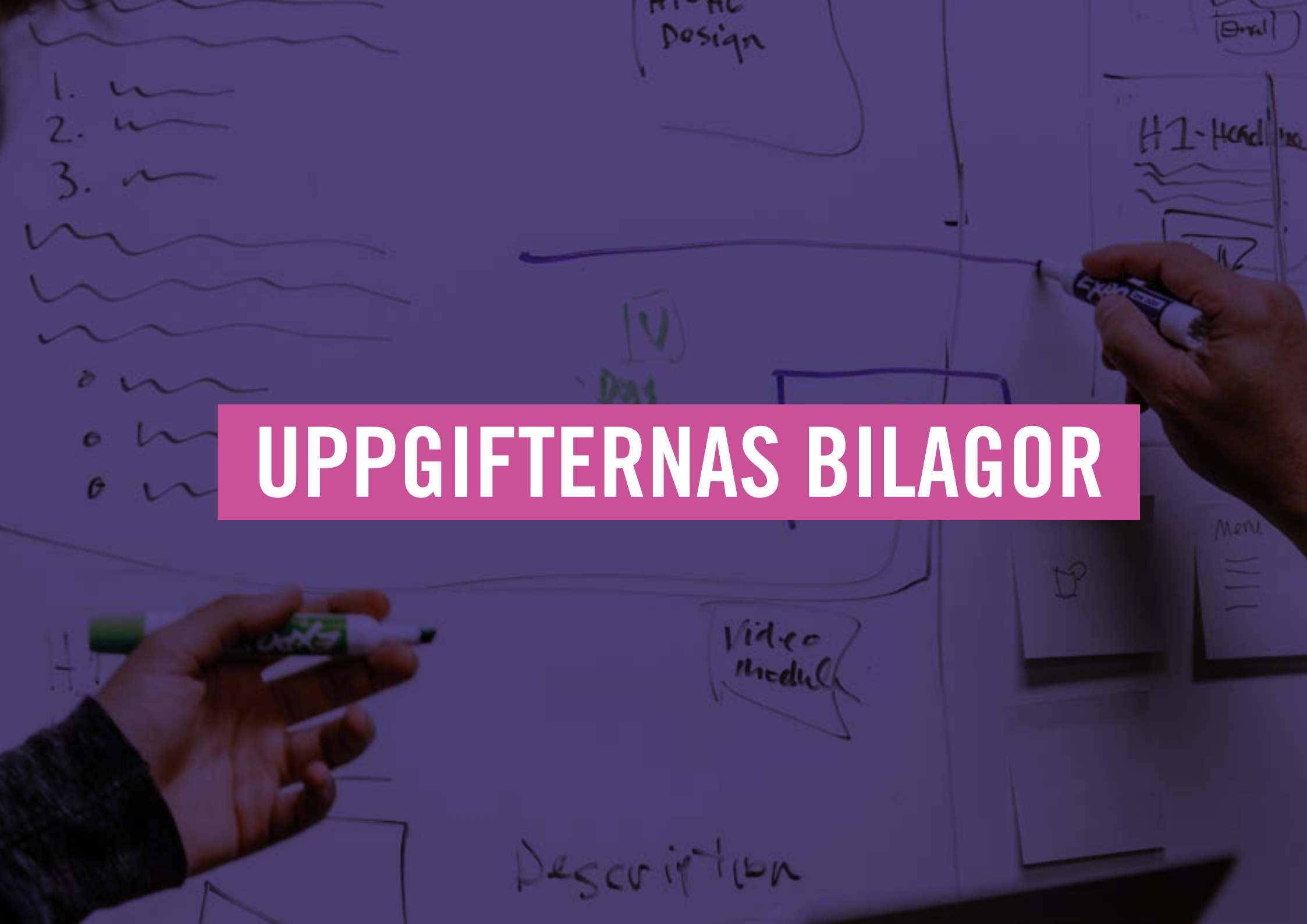
Berätta för deltagarna att ni till näst bekantar er med en verklig historia om en kvinna som dömdes för att hon hjälpt en annan kvinna skaffa sig medicin för att avbryta en graviditet. Läs högt:

Justyna Wydrzyńska är en människorättsförsvarare från Polen. Hon är med i ett kollektiv av aktivister som kämpar mot den negativa stämpel som abort har. I Polen är abort så gott som helt förbjuden. Gruppen erbjuder utbildning och råd för trygga aborter. I mars 2023 dömdes Justyna till åtta månaders samhällstjänst för att hon hjälpt en gravid kvinna skaffa sig abortpiller. Justynas advokater har överklagat domen och har startat en besvärsprocess. Kvinnan som sökte hjälp hos Justyna var Ania (som egentligen heter något annat), som utsatts för våld i sitt parförhållande. Justyna hörde om Anias situation via sitt nätverk och bestämde sig för att hjälpa henne, eftersom Justyna själv utsatts för våld i sitt förhållande och kunde förstå Anias rädslor. Justyna skickade sina egna abortpiller till Ania per post, men Anias make kom över paketet och rapporterade om det skedda till polisen. Ania tog aldrig pillren, utan tydde sig till en farlig abort för att avbryta sin graviditet.

Dela ut Justynas berättelse till deltagarna samt bilagan Rätten till trygg abort. Ge deltagarna några minuter att läsa igenom materialet. Be dem sedan diskutera följande frågor. Ni kan få stöd av bakgrundstexten Abort och människorättskränkningar.

- Vilka hinder för att ta hand om sin sexuella och reproduktiva hälsa stötte Ania på när hon försökte få abort? Hur påverkade hindren hennes hälsa och livsval?
- Genom sitt arbete försvarar Justyna rätten till hälsa och kroppsligt självbestämmande. Vad betyder de här rättigheterna för dig?
- Varför är Justynas arbete viktigt?
- Kunde du tänka dig att hjälpa människor som Justyna och Ania, med tanke på svårigheterna de stött på? Vilken slags hjälp skulle du behöva? Vad skulle hindra dig från att hjälpa?
- På vilket sätt beskriver Justynas berättelse de utmaningar som kvinnor upplever när de försvarar mänskliga rättigheter, och särskilt kvinnors rättigheter?
- Hur kan vi som individer eller kollektiv stötta människorättsvarare som Justyna?

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



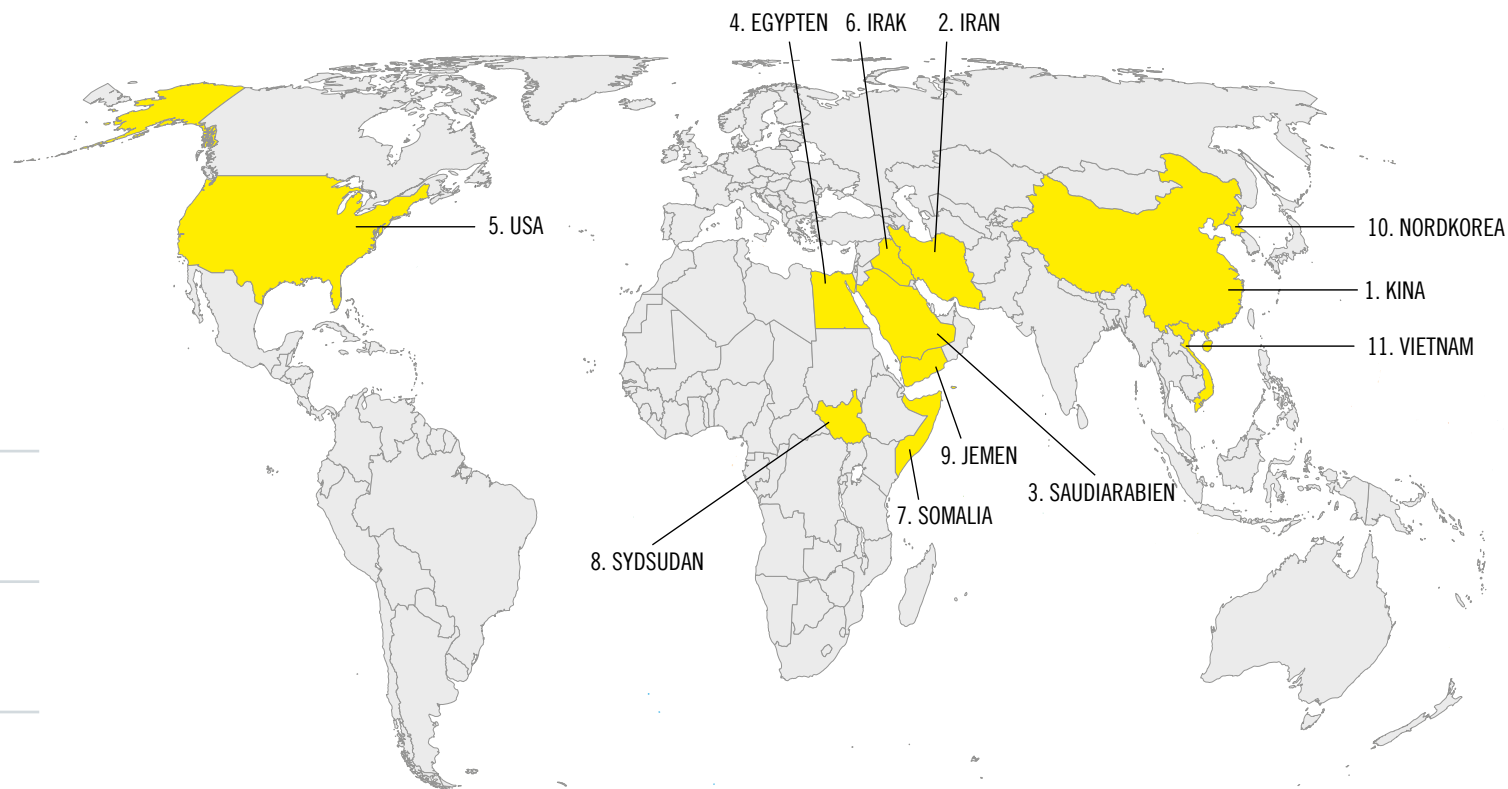
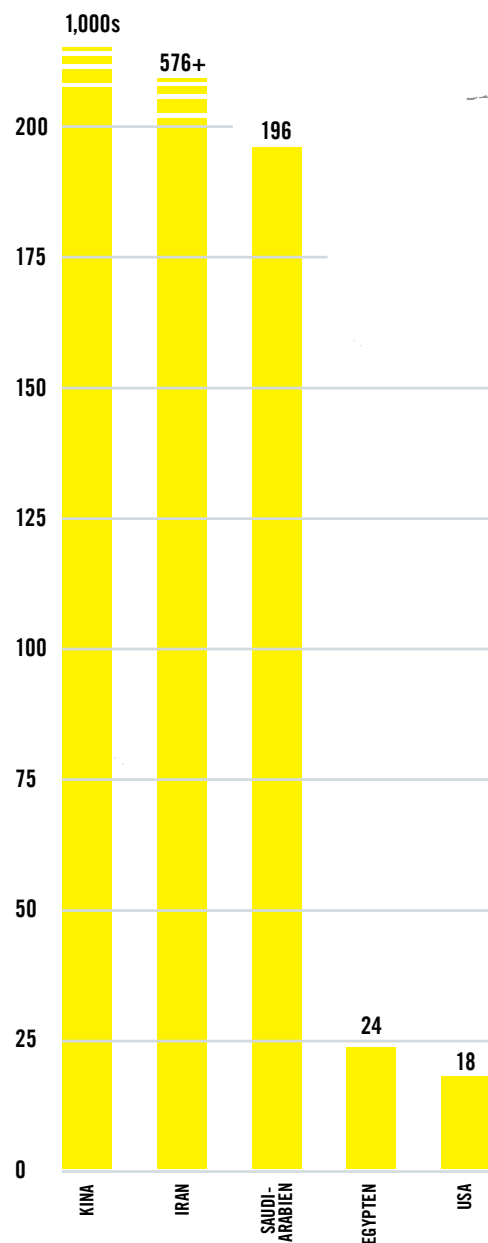
KULTURELLA RÄTTIGHETER

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: KARTA ÖVER LÄNDER SOM ANVÄNDE SIG AV DÖDSSTRAFF ÅR 2022

**112**

länder hade avlägsnat dödsstraff från sina lagar vid utgången av år 2022

883

mängden avrättningar i världen som Amnesty International rapporterade år 2022 (exklusive Kina)
– en ökning med 53 % från året 2021

Tusentals

uppskattning av mängden människor som avrättas i Kina. Där är antalet avrättade en statshemlighet.

2018–2022

de 11 länder som märkts ut på kartan har konstant avrättat människor under de senaste fem åren



BILAGA: TERMINOLOGI I ANKNYTNING TILL DÖDSSTRAFFET

Dödsstraffet har avskaffats för alla brott

Situationen i länder där lagen inte anger dödsstraff som straffrättslig påföljd för ett enda brott.

Dödsstraffet avskaffat i praktiken

Situationen i länder där strafflagen fortfarande omnämner dödsstraff till exempel som straff för brott mot liv, men i praktiken har landet inte avrättat någon under de senaste tio åren och praxisen tros vara att ingen längre döms till dödsstraff.

Amnesti

En person kan beviljas amnesti, vilket innebär att dödsdomen upphävs eller omvandlas till ett lindrigare straff.

Dödsstraff

Ett statligt straff där en person avrättas till följd av ett brott.

Dödscell

Ett utrymme där den dödsdömda väntar på att hans dom ska verkställas. Stället kan vara fysiskt eller symboliskt, eftersom dödsdömda inte nödvändigtvis har egna avdelningar i alla fängelser.

Åtalet förkastas

Efter domen och besvärprocessen kan den dömda frikännas, och betraktas då som oskyldig inför lagen.

De allvarligaste brotten

Den enda kategorin av brott där dödsstraff godkänns enligt internationell lag. Internationella rättsorgan har tolkat att detta begränsas till fall som handlar om avsiktligt dödande, alltså mord.





BILAGA: ORDSPELSKORT



ABORT	JÄMLIKHET
TILLGÅNG TILL HÄLSOVÅRD	REPRODUKTIVA RÄTTIGHETER
VAL	“MIN KROPP, MINA RÄTTIGHETER”
KONTROLLERA	KVINNORS RÄTTIGHETER



BILAGA: RÄTTEN TILL TRYGG ABORT

Vi har alla mänskliga rättigheter. I dem ingår rätten att åtnjuta den bästa uppnåbara fysiska och psykiska hälsan, rätt till utbildning, rätt att fritt uttrycka oss själva, rätt att rösta, rätt till tillräcklig lön för likvärdigt arbete, och rätt att leva fri från våld och diskriminering.

Trots detta diskrimineras många människor runtom i världen exempelvis på grund av kön, sexuell läggning eller könsidentitet. Brister i jämställdhet finns ofta bakom många problem som påverkar särskilt kvinnor, flickor samt sexuella och könsminoriteter. Detta tar sig i uttryck exempelvis som våld i sexuella och parförhållanden, löneskillnader och svårigheter att få tillgång till utbildning och hälsovårdstjänster.

Var och en bör ha rätt att bestämma över sin egen kropp samt rätt att åtnjuta alla sina sexuella och reproduktiva rättigheter. Människor har rätt att få information om sexuell och reproduktiv hälsa samt om produkter och tjänster i anknytning till dem, så som moderna preventivmedel och trygg abort. Dessa produkter och tjänster bör vara tillgängliga för alla; de bör vara förmånliga, högkvalitativa och uppfylla hälsostandarderna. Var och en bör också ha rätt att själv ta beslut om sina intima relationer, möjligt äktenskap och antalet barn.

Abort är en hälsovårdstjänst. Det betyder att en person själv ska kunna ta beslut som berör den egna kroppen, hälsan och framtiden. När människor har rätt att avgöra om de vill gå vidare med en graviditet kan de bättre påverka sin hälsa, planera sin framtid och leva ett människovärdigt liv.

Reflektera kring hur följande mänskliga rättigheter anknyts till abort:

Rätten till liv och hälsa: Om aborter begränsas eller förbjuds helt kan människor tvingas använda sig av farliga metoder för att avbryta en graviditet. Dessa kan leda till livshotande hälsokomplikationer och även döden. Därför är det livsviktigt med tanke på rättigheter i anknytning till liv och hälsa att skydda möjligheten till trygg aborter.

Rätten till ett människovärdigt liv: Var och en har rätt att bestämma om sin egen kropp, också när det gäller abort. Det är en väsentlig del av ett människovärdigt liv. Om en person tvingas fortsätta en icke-önskad graviditet kan det ha betydande fysiska, mentala och socioekonomiska följder, som kan försvaga personens möjligheter till ett människovärdigt liv.

Självbestämmanderätt och rätten till privatliv: Med självbestämmanderätt och rätten till privatliv avses en människas rätt att ta beslut om sitt eget liv och sin egen kropp. I samband med abort innebär det rätten att själv bestämma om

man vill fortsätta en graviditet, utan yttre tvång eller att någon annan oskäligt blandar sig i saken.

Rätten till personlig frihet och säkerhet: I vissa länder är aborträtten begränsad och abort kan vara totalförbjudet. Det betyder att människor straffas eller fängslas för att göra abort eller assistera vid ingreppet. Det här kränker rätten till frihet.

Rätten till jämlikhet, frihet från diskriminering och likhet inför lagen: Dessa rättigheter innebär att ingen får diskrimineras och alla bör skyddas av lagen på lika villkor, oberoende av personliga egenskaper eller omständigheter. Begränsande abortlagar slår till extra hårt mot fattiga, unga och kvinnor, flickor och andra gravida i marginaliserade samfund. Det här kränker människors rätt till jämlikhet, frihet från diskriminering och likvärdighet inför lagen.

Rätten till frihet från tortyr och annan misshandel: Att förneka eller fördröja en trygg abort eller vård efter en abort är grymt, omänskligt och förnedrande, och kan i vissa fall uppfylla kriterierna för tortyr. Detta klassas även som en form av könsrelaterat våld.



**SKRIVANDET AV 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 till myndigheterna. Vi har sammanställt följande anvisningar för att göra uppgiften lättare. 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 skedd kränkt personens mänskliga rättigheter?
- Vad kräver du att ska göras för att situationen ska bli 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 konventioner 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, alltså är jämförelser inte nödvändiga.

8. Håll ditt brev **kort och koncist**. De flesta appellbrev rymms 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 guvernören i den amerikanska delstaten Alabama och den allmänna åklagaren i Polen. 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 kan 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 kan själv bestämma om du vill skriva som privatperson eller som en del av Amnestys internationella kampanj.

Ska jag skriva mitt brev för hand?

Både maskinskriven 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. 37-38) och ordlistan (s. 43) hjälper dig att skriva på ett främmande språk.

Vad händer efter att brevet skickats i väg?

Ibland kommer det svar på breven, 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 2024. Där berättar vi hur stort deltagandet i brevskrivarmaraton blev och vilken inverkan kampanjen haft fram tills dess.

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 hälsningfras
4. Inledning som anger brevets syfte
5. Åtgärder och följder som skribeten önskar sig se
6. Nogrann beskrivning av åtgärder som behövs för att målen ska uppnås
7. Respektfull avslutningsfras
8. Din underskrift – den kan ha större betydelse än du tror!

2

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 Rocky Myers are not respected because ...*

– Jag anser att Rocky Myers rättigheter inte respekteras eftersom ...

APPELLBREV FÖR ROCKY MYERS

Governor of Alabama Kay Ivey
 Office of the Governor of Alabama
 600 Dexter Avenue
 Montgomery, AL 36130

Ditt namn

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

Herr guvernör / Dear Governor,

1. Berätta något som gör brevet personligt. Du kan berätta varför du är oroad för Rocky Myers. Du kan också berätta något om dig själv.
2. Berätta i ditt meddelande om vad som gått fel under Rocky Myers rättegång. Du kan också berätta varför du tycker att Rockys rättigheter inte respekteras.
3. Berätta att du vill att myndigheterna i Alabama

KRAVET PÅ SVENSKA

- upphäver Rocky Myers dödsdom

KRAVET PÅ ENGELSKA

- to grant clemency to Rocky Myers and commute his death sentence.

Högaktingsfullt
 / Yours Sincerely,

Ditt namn

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
Justyna Wydrzyńska are not
respected because ...****– Jag anser att Justyna
Wydrzyńskas rättigheter inte
respekteras eftersom ...***APPELLBREV FÖR JUSTYNA WYDRZYŃSKA**

National Prosecutor's Office
ul. Postępu 3
02-676 Warszawa
Poland

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

Ärade allmänna åklagare, / Dear Prosecutor General,

1. Berätta något som gör brevet personligt. Du kan berätta varför du är oroad för hur Justyna Wydrzyńska blir bemött. Du kan också berätta något om dig själv.
2. Berätta i ditt meddelande om Justynas arbete och varför du tycker att det är viktigt. Du kan också berätta varför du tycker att Justynas rättigheter inte respekteras.
3. Berätta att du vill att myndigheterna i Polen

KRAVEN PÅ SVENSKA

- Upphäver Justyna Wydrzyńskas orättvisa dom.
- Försäkrar sig om att hon inte åläggs med andra åtal bara för att hon använt sin rätt att försvara mänskliga rättigheter.

KRAVEN PÅ ENGELSKA

- To take all necessary measures to ensure that Justyna Wydrzyńska's unjust conviction is overturned
- To refrain from bringing any other charges against her for carrying out her legitimate defence of human rights.

Högaktingsfullt
/ Yours Sincerely,

Ditt namn



ANVISNINGAR FÖR SOLIDARITETSHÄLSNINGAR



Solidaritetshälsningarna 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 tagit emot 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 språket som nämns i anvisningarna. Språkrekommendationen är ändå inte absolut – uppmuntrande hälsningar kan också skrivas på svenska eller något annat språk; huvudsaken är att de skrivs.

Ifall det känns svårt att skriva solidaritetshälsningar 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 målpersoner har sagt att de försöker läsa dem alla. För den som vill skilja sig från mängden lönar det sig att skriva på ett modigt och personligt sätt.

När ni skriver solidaritetshälsningar 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 ROCKY MYERS

ENGELSKA

We are thinking of you, Rocky!

Greetings from Finland!

You are not alone!

SVENSKA

Vi tänker på dig, Rocky!

Hälsningar från Finland!

Du är inte ensam!

Att notera

Skicka Rocky ett glatt och hoppingivande meddelande. Vänligen skriv inte om hans väntan på dödsdom.

Du kan göra ditt meddelande fint genom att använda granna färger. Du kan också bifoga bilder eller teckningar på din hemstad, på Finland eller ställen där du varit på semester eller evenemang som du deltagit i. Skriv i meddelandet vad bilden föreställer, var platsen finns och varför du gillade den. Du kan också berätta intressant fakta om platsen.

Det är bra att notera att Rocky har svårt att läsa – därför är det viktigt att meddelandena är korta och skrivna med tydlig handstil. Vi hoppas att meddelandena skrivs på engelska, eller har engelsk översättning om de skrivs på ett annat språk.



SOLIDARITETSHÄLSNING TILL JUSTYNA WYDRZYŃSKA

ENGELSKA

I stand with you, Justyna!

Thank you for your work.

We are thinking of you!

SVENSKA

Jag stöttar dig, Justyna!

Tack för allt du jobbat för.

Vi tänker på dig!

Att notera

På sin fritid brukar Justyna virka och lyssna på ljudböcker. Hon tycker också om äventyrsspel och har en hund.

I ditt meddelande kan du berätta varför du tycker att Justynas arbete är viktigt och varför du uppskattar hennes aktivism.

Du kan använda dig exempelvis av grön färg, som brukar användas av rörelsen som försvarar abort. Vänligen använd dig inte av bilden på en hängare, trots att också den används som en symbol för abortförsvarare i en del länder.

**ORDLISTA SVENSKA – ENGELSKA**

Abort *Abortion*

Appell *Petition*

Avrätta *Execute*

Berättigande, grund *Justification*

Definiera *Define*

Dödsstraff *Death penalty*

Dödscell *Death row*

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

FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna
United Nations Universal Declaration of Human Rights (UDHR)

Frihet från diskriminering *Freedom from discrimination*

Förbud mot diskriminering *Non-discrimination*

Förbud mot tortyr *Prohibition of torture*

Gripa *Arrest*

Internationell rätt, folkrätten *International law*

Jämställdhet *Equality*

Kräva, vädja *Call on*

Mänskliga rättigheter *Human rights*

Människorättskränkning *Human rights violation*

Människorättsförsvarare *Human rights defender*

Människorättskonvention *Human rights treaty*

Omedelbart *Immediately*

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*

Rätten till ett privatliv *Right to privacy*

Rättvis rättegång *Fair trial*

Skyldighet, plikt *Responsibility, obligation*

Solidaritet *Solidarity*

Skydda *Protect*

Uppmana *Urge*

Uttrycka *Express*

Verkställa, genomföra *Enforce*

Vädja, appellera *Appeal*

Yttrande- och åsiktsfrihet *Freedom of expression*

VÅRA ORD KAN FÖRÄNDRA VÄRLDEN.

