

1 tips

för att effektivt nå
ut med budskap
om mänskliga
rättigheter **[NY]**

**Att försvara mänskliga rättigheter
har aldrig varit viktigare!**

Men hur gör man det bäst?


**Hur kan vi samla människor och
göra våra röster hörda?**

Tips 1

Sätt upp
tydliga mål



Var tydlig om vad du vill uppnå



**Varför är
det viktigt att
sätta upp
tydliga mål?**

- Dina mål är själva grunden i din kommunikationsstrategi.
- Det är målen som styr vem du vänder dig till, genom vilka kanaler och i vilket format – inte tvärtom!
- Uppnådda mål är ett bevis på framgång.

Hur?

- Håll målen på en realistisk nivå – ta hänsyn till resurser och tidsramar.
- Ta fram nyckeltal och målvärden för att mäta framgång.
- Dela målen internt för att skapa en gemensam förståelse.

Tips 2

Engagera mottagarna



Lyssna och skapa kontakt



**Varför är
det så viktigt
att engagera
mottagarna?**

- För att förstå vad som driver människor.
- För att hitta gemensamma nämnare.
- För att skapa ömsesidigt förtroende.

Hur?


- Var tydlig med vilka målgrupper du riktar dig till med dina budskap.
- Lyssna till mottagarna och använd dig av fokusgrupper och analyser.
- Börja med att ställa frågor och ta reda på vad mottagarna vill veta.

Tips 3

Lyft gemensamma värderingar



Hitta det som förenar



Varför är det viktigt att lyfta gemensamma värderingar?

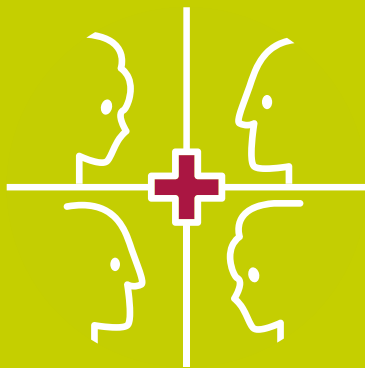
- Värderingar är de principer som styr oss.
- Problem splittrar men värderingar förenar oss.
- Gemensamma värderingar kan engagera och stärka grupper på lång sikt.

Hur?

- Kartlägg dina och din målgrupps värderingar.
- Hitta gemensamma värderingar som främjar mänskliga rättigheter och social rättvisa.
- Tala till människors känslor och värderingar och locka fram deras bättre jag.

Tips 4

Skapa samarbeten



Hitta samarbetspartner för att nå ut till fler



**Varför är
det viktigt att
samarbeta med
andra?**

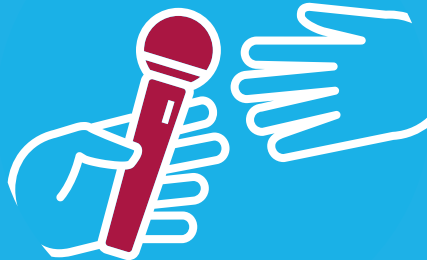
- För att nå ut med fler budskap.
- För att nå en större publik.
- För att få en bredare och djupare förståelse och ökad medkänsla.

Hur?


- Hitta gemensamma mål och ömsesidiga fördelar tillsammans med nya samarbetspartner.
- Koppla samman mänskliga rättigheter med aktuella frågor.
- Vårda dina långvariga relationer – anpassa och dela dina resultat.

Tips 5

Mobilisera dina budbärare



Använd dig av förtroendeingivande personer för att sprida ditt budskap



Varför är det viktigt att mobilisera dina budbärare?

- För att fånga nya målgruppers uppmärksamhet.
- För att uppmuntra människor att berätta sin historia.
- För att göra ditt budskap mer trovärdigt.

Hur?


- Uppmuntra dina budbärare att använda sina egna ord.
- Matcha dina budbärare med din huvudmålgrupp och ditt mål.
- Värna om dina budbärare och deras välbefinnande.

Tips 6

Väck hopp



Uppmuntra till handling genom positiva budskap



Varför är det viktigt att väcka hopp?

- Mänskliga rättigheter är vårt hopp om en bättre framtid.
- Entusiasm och passion driver oss framåt.
- Livet kan vara svårt. Visa ljuset i slutet av tunneln!

Hur?


- Välj att vara *för* något, snarare än emot, och fokusera på lösningar, inte problem.
- Fokusera på målet.
- Visa att små framsteg behövs för att nå det hägrande målet.

Tips 7

Skapa en berättelse



Använd dig av exempel från det verkliga livet för att väcka känslor



Varför är det viktigt att skapa en berättelse?

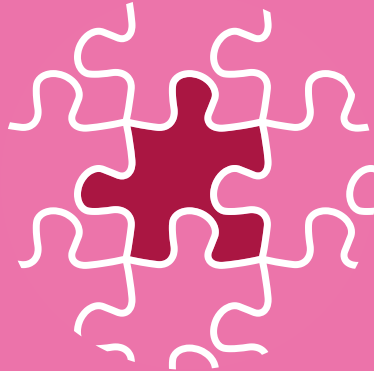
- Berättelser ger liv åt det du vill uppnå.
- De hjälper oss att förstå, känna empati och engagera oss.
- Känslor skapar varaktiga intryck.

Hur?

- Fundera över vem du vill påverka med din berättelse.
- Beskriv en utmaning, lösningarna och hjältarna bakom.
- Visa hur en persons kamp kan hjälpa andra.

Tips 8

Välj rätt plattform



Anpassa hur du förmedlar något till den kanal du använder



Varför är det viktigt att välja rätt plattform?

- Både innehåll och form räknas.
- Det finns mer än ett sätt att bli uppmärksammad på.
- Vi kämpar alla om publikens begränsade uppmärksamhet.

Hur?


- Samla data för att se vad som fungerar bäst.
- Utveckla olika färdigheter och produkter.
- Anpassa innehåll och form efter din målgrupp.

Tips 9

Välj rätt ord



Använd ett enkelt språk som främjar respekt



Varför är det viktigt att välja rätt ord?

- Ord har stor betydelse – de formar våra uppfattningar.
- För att visa respekt och vara tillgänglig för alla.
- För att understryka att vi alla är människor.

Hur?


- Använd ett enkelt, positivt och inkluderande språk.
- Be om hjälp om du är osäker på vissa termer.
- Satsa på översättningar – även "kulturella" översättningar.

Tips 10

Välj rätt tidpunkt



För att lyckas måste du både vara väl förberedd och välja rätt tillfälle



Varför är det viktigt att välja rätt tidpunkt?

- Att knyta an till aktuella händelser ökar genomslaget.
- Att veta när det är dags att publicera sparar tid och resurser.
- Att välja rätt tidpunkt kan hjälpa dig att påverka debatten.

Hur?

- Följ nyheter och sociala medier för att hitta bra tillfällen.
- Skapa innehåll som du kan använda flera gånger.
- Tänk efter först – att något är nytt betyder inte alltid att det har nyhetsvärde.

Internationella organisationer för mänskliga rättigheter över hela Europa har tillsammans med Europeiska unionens byrå för grundläggande rättigheter tagit fram följande tio tips för att effektivt nå ut med budskap om mänskliga rättigheter.

Om du är människorättsförespråkare eller kommunikatör kan de här tipsen hjälpa dig och dina medarbetare i ert uppdrag.

Låt oss alla bli bättre på att förmedla vårt budskap om mänskliga rättigheter.



TK-09-21-474-SV-N



fra.europa.eu

 facebook.com/fundamentalrights

 twitter.com/EURightsAgency

 linkedin.com/company/eu-fundamental-rights-agency

© FRA, Europeiska unionen, Europarådet, ODIHR, OHCHR, ENNHRI, Equinet, 2022

Återgivning är tillåten med angivande av källan.



Europeiska unionens publikationsbyrå