

# Medvetna inköp



**Valter Vegan**

# Medvetna inköp

När du gör genomtänkta inköp kan du påverka produktionen av olika produkter antingen positivt eller negativt.

Tillverkningen av vissa produkter skadar miljön eller människor. Att minska produktionen av produkter kan främja till exempel mänskliga rättigheter och djurvälstånd eller bromsa klimatförändringarna.

Exempel på hur du kan göra bättre och mer genomtänkta inköp:

- Tänk: Behöver du verkligen produkten du vill ha?
- Köp ansvarsfulla produkter! Till exempel produkter märkta med Fair Trade-märket uppfyller internationellt överenskomna hållbarhetskrav för att garantera miljön och de anställdas välbefinnande
- Köp de saker du behöver återvinna, till exempel kan kläder eller möbler köpas på loppis
- Fundera på om du istället för att köpa kan låna eller hyra det du behöver
- Föredra växtbaserade varor när du handlar mat

# Insamling och donationer



**Dan Donerare**

# Insamling och donationer

Insamling innebär att man samlar in pengar till en organisation eller en annan enhet som främjar en fråga, vilket möjliggör deras arbete till förmån för frågan.

Om du inte vet hur du kan påverka något som är viktigt för dig själv, är en insamling eller donation ett enkelt sätt att påverka.

Insamling och donation kan också kombineras med andra sätt att påverka.

Exempel på insamlingar och donationer:

- Deltagande i Dagsverksinsamlingen
- Insamlingar inom olika hobbyorganisationer genom att sälja produkter
- Jippo eller café anordnad på skolan
- Sälja egentillverkade produkter

# Att lobba



**Laila Lobbare**

# Att lobba

Att lobba innebär att kontakta till exempel beslutsfattare eller andra personer som har makt att påverka problem bredare.

Att lobba är ett utmärkt tillfälle att påverka om du känner att du eller dina nära vänner inte har tillräckligt med makt att påverka frågan.

Exempel på hur man kan lobba:

- Du kan informera rektorn om ett problem du upptäcker i skolan
- Du kan be en vän som har många följare på sociala medier att till exempel dela en annons för ett evenemang du anordnar
- Du kan skicka ett välmotiverat brev eller meddelande via e-post eller sociala medier till en politiker

# Att samtala och sprida information



**Sara Samtal**

# Att samtala och sprida information

Du kan sprida information om ämnet genom att prata om det med till exempel vänner, klasskamrater eller familjemedlemmar.

Sociala medier är också ett utmärkt verktyg för att sprida dina egna åsikter och information, eftersom informationen där lätt kan nå en stor publik.

När du vågar dela med dig av dina kunskaper, åsikter och tankar kan du få andra att lära sig något nytt, bli intresserade av ämnet, till och med ändra sina egna åsikter och sätt att göra saker på.

Obs!

Kom ihåg att en viktig del av samtalet är att också lyssna på andras åsikter. Ingen av oss kan veta allt om någonting, så när man diskuterar lönar det sig att vara öppen för att lära sig nya saker! Kom också ihåg att uttrycka din åsikt på ett ansvarsfullt sätt, med respekt för andra.

Exempel:

- Inlägg på sociala medier
- Samtal med andra människor
- Att prata om ämnet på morgonsamlingar
- Skriva en insändare för en tidning eller annan media

# Självmedkänsla och vänlighet



**Jamila Hjälpsam**

# Självmedkänsla och vänlighet

När du behandlar dig själv väl påverkar du ditt eget välmående och ökar på så sätt dina resurser. När du mår bra kan du bättre påverka de saker som är viktiga för dig.

När du behandlar andra människor väl kan du påverka deras välmående avsevärt och du kan vara med och skapa en värld där alla mår bra.

Kom ihåg att du också har rätt att bli behandlad med respekt av andra.

Exempel på självmedkännande och vänliga handlingar:

- Hälsosam livsstil
- Vila och fritidsintressen
- Vänligt beteende
- Ta hand om sina egna gränser
- Hjälpa andra

# Läsning



**Kleo Kunskapstörstig**

# Läsning

När du läser böcker, nyheter och studier får du ny information och lär dig mer!

Det är viktigt att förstå det ämne du vill påverka. Ju mer och mångsidigare du känner till ämnet, desto lättare och mer övertygande kan du påverka det.

Obs!

För att säkerställa att informationen är tillförlitlig är det viktigt att vara kritisk mot den och kontrollera källorna. Det är också viktigt att läsa mångsidigt och från olika källor för att ny en nyanserad bild.

Exempel:

- Följ med aktuella nyheter
- Läs böcker om ämnet i fråga
- Att lära sig ämnets historia: att känna till historien hjälper till att förstå världen vi lever i, hur vi kom hit och vart vi kan vara på väg
- Följa experter på sociala medier

# Att underteckna initiativ och adresser



**Ulrika Undertecknare**

# Att underteckna initiativ och adresser

Initiativ och adresser är politiska förslag från medborgare som går vidare till riksdagen om tillräckligt många har skrivit under dem.

Att skriva under och dela adresser och initiativ är ett enkelt sätt att påverka att ärenden som är viktiga för dig går vidare till kommunfullmäktige eller riksdagen.

Genom att förbereda adresser och initiativ och dela länkar till dem kan du enkelt få stöd för frågan och få den att gå vidare till beslutsfattarna.

Exempel:

- En person under 18 år kan skriva under och förbereda kommunala initiativ
- Alla över 18 år kan skriva under och utarbeta medborgarinitiativ

# Röstning



**Daniel Demokrati**

# Röstning

Väljarna påverkar vem som får bestämma i gemensamma frågor.

När du röstar på en person som har lovat att främja saker som är viktiga för dig är du med och påverkar att dessa saker kan bli verklighet.

Exempel på val där unga kan rösta:

- Skolans elevkårsval
- Klass- eller hobbygruppers beslut
- Ungdomsfullmäktigeval
- Församlingsval (kyrkomedlemmar över 16)
- Kommunalval (över 18 år)

# Intressebevakning



**Ina Intressebevakare**

# Intressebevakning

Med intressebevakning menas verksamhet där man övervakar att vissa personers angelägenheter hanteras på ett rättvist sätt.

Att delta i intressebevakningen är ett bra sätt att engagera sig i organiserad verksamhet där det är enklare att påverka samhället.

Exempel:

- Deltagande i elevkårens styrelse eller ungdomsrådets verksamhet
- lämna in ett förslag till organ som företräder ungdomar, till exempel ett ungdomsråd eller en ungdomsorganisation

# Deltagande i utbildningar och kurser



**Umar Utbildare**

# Deltagande i utbildningar och kurser

När du deltar i olika utbildningar och kurser lär du dig mer om ämnet, du kan diskutera det med andra intresserade och du får nya perspektiv.

Ju mer du lär dig om ett ämne, desto lättare blir det för dig att påverka det. Du kanske till exempel bättre än tidigare förstår vem som har makten att påverka frågan eller vilken typ av historiska händelser som ligger bakom ämnet.

På utbildningen får du även möjlighet att lära känna andra unga som är intresserade av ämnet.

Exempel på utbildningar och kurser:

- Skolans egna kurser
- Workshoppar anordnade i skolor
- Organisationers utbildningar och kurser
- Kurser i arbetar- och folkhögskolor

# Kampanjer på sociala medier



**Kristina Kampanj**

# Kampanjer på sociala medier

Genom att organisera en intressant och inspirerande kampanj på sociala medier eller genom att delta i en sådan kan du påverka hur stor uppmärksamhet ämnet får.

Kampanjer på sociala medier strävar ofta efter att väcka känslor, tankar och personlig reflektion, samt att öka medvetenheten om ämnet.

Att organisera eller delta i en kampanj utmanar också andra att påverka.

Exempel på kampanjer i sociala medier:

- #-kampanjer, till exempel #BlackLivesMatter #metoo #FridaysForFuture #Tahdon2013
- Insta-live
- Spela in en podcast
- Informationssnuttar TikTok

# Att delta i evenemang och organisera dem



**Dev Demonstrant**

# Att delta i evenemang och organisera dem

På evenemang med fokus på ett specifikt ämne träffar du likasinnade och får diskutera ämnet med dem.

Under evenemang, till exempel demonstrationer, kan du också föra fram synpunkter på ämnet och påverka tankarna eller besluten hos de personer som följer evenemanget.

Exempel på evenemang vars avsikt att påverka:

- Diskussionstillfällen
- Mässor
- Demonstrationer
- Strejker
- Välgörenhetskonsserter

# Miljöåtgärder



**Vivian Världsförbättrare**

# Miljöåtgärder

Miljöåtgärder innebär aktiviteter vars syfte är till att hålla naturen ren och livskraftig.

Att ta hand om naturen bidrar också till att förebygga och bromsa klimatförändringar.

Med genomtänkta val kan du förhindra föroreningar i din närmiljö och hela planeten, och påverka naturresursernas hållbarhet.

Exempel på miljöåtgärder:

- Var försiktig när du använder elektriska apparater som förbrukar mycket elektricitet
- Återvinn och köp återvunna produkter
- Använd cykel eller kollektivtrafik och undvik att flyga
- Välj vegetarisk mat på tallriken
- Anordna städtalko där ni samlar sopor från naturen

# Att skapa och dela ställningstagande konst



**Ester Estradpoet**

# Att skapa och dela ställningstagande konst

Du kan också påverka en sak genom att göra konst!  
Imponerande konst väcker åskådarens eller lyssnarens intresse.

Med hjälp av konst kan du dela information om ämnet, diskutera olika frågor, berätta nya historier och beskriva möjliga lösningar.

Konst hjälper både dess skapare och publik att hantera olika känslor, som till exempel klimatångest.

Exempel på ställningstagande verk:

- En dikt
- En teckning eller en målning
- Musik, till exempel en sång eller rap
- Tecknad serie
- En pjäs

# Följ experter och influencers på sociala medier



**Farid Följare**

# Följ experter och influencers på sociala medier

Många experter och influencers på sociala medier delar användbar information på olika plattformar.

När du följer olika personer och instanser som delar pålitlig information ökar din kunskap om ämnet och du får nya perspektiv.

Detta gör det lättare och mer övertygande att påverka ämnet.

För att säkerställa att informationen är tillförlitlig är det viktigt att vara kritisk mot den och kontrollera källorna. Det lönar sig att följa olika slags influencers, till exempel med olika slags minoritetsbakgrund och från olika delar av världen.

Exempel:

- Följa aktivister (t.ex. såna som behandlar miljöfrågor eller frågor som berör funktionsvarierades rättigheter)
- Följa influencers som bor i olika delar av världen
- Intervjuer i poddar, TV eller radio

# Volontärarbete



**William Volontär**

# Volontärarbete

Att volontärarbeta till exempel i en organisation som jobbar med ämnet är ett bra tillfälle att påverka på ett konkret sätt.

Det finns många olika volontärmöjligheter som passar unga och alla kommer säkerligen att hitta en lämplig arbetsform.

Det lönar sig att modigt fråga olika instanser om möjligheterna med komma med som volontärarbete.

Exempel på volontärmöjligheter:

- Dagsverkes Challengers-grupp, riktad till unga i åldern 13–18 år som är intresserade av att påverka

# Jokerkort



**Julia Joker**

# Jokerkort

Det finns många sätt att påverka!

Kan du komma på ett sätt att påverka som inte nämns i de andra korten?

När du väljer det här kortet kan du idea fritt kring olika möjligheter att påverka, och hitta på ett sätt som passar just det ämne som ni valt!