

#val2026

VALHANDBOK

Vilket samhälle vill du ha?



● **verdandi**

Nu närmar sig valet

Den 13 september är det val i Sverige.

I en demokrati är valet ett av de viktigaste tillfällena vi har att påverka. Det är då du och andra människor får vara med och bestämma hur samhället ska utvecklas. De beslut som fattas i politiken påverkar din vardag – din trygghet, dina möjligheter och vilket stöd som finns när livet är svårt. Genom att rösta kan du vara med och påverka de besluten.

Vem får rösta?

I Sverige finns tre val:

- Riksdagsval
- Regionval
- Kommunval

Så här fungerar det:

Riksdagsvalet:

Du får rösta om du är svensk medborgare och fyller minst 18 år senast på valdagen.

Region- och kommunval:

Du får rösta om du:

- är svensk medborgare och minst 18 år, eller
- är medborgare i ett EU-land, Norge eller Island och är folkbokförd i Sverige, eller
- är medborgare i ett annat land och har varit folkbokförd i Sverige i minst tre år

Du kan rösta på två sätt:

Förtidsrösta (26 augusti – fram till valdagen)

Du kan förtidsrösta redan från den 26 augusti. Då kan du rösta var som helst i hela landet – till exempel på bibliotek, i kommunhus eller på andra platser nära dig.

Rösta på valdagen (13 september)

På valdagen röstar du i din vallokal. Den ligger nära där du är folkbokförd.

Alla adresser och öppettider hittar du på val.se

Ta med legitimation.

Det räcker.

Det betyder att du har tid.

- Tid att tänka efter.
- Tid att prata med andra.
- Tid att fundera över vad som är viktigt i ditt liv.



Emmeli Wulfstrand

Förbundsordförande

TRE VAL – TRE NIVÅER SOM PÅVERKAR DIN VARDAG



Riksdagen fattar beslut som gäller hela landet. När du röstar i riksdagsvalet väljer du vilka partier som ska styra Sverige och besluta om lagar, skatter och statens budget.

EXEMPEL PÅ BESLUT SOM TAS I RIKSDAGEN:

- Lagar och rättigheter
- Skatter och statens budget
- Försvar och utrikespolitik



Regionen ansvarar för sådant som är viktigt för din hälsa och för hur det är att resa och leva i regionen. I regionvalet väljer du vilka politiker som bestämmer om sjukvård, kollektivtrafik och annan regional service.

EXEMPEL PÅ DET SOM REGIONEN GÖR:

- Sjukvård och tandvård
- Kollektivtrafik
- Kultur och regional utveckling



Kommunen ansvarar för många tjänster som du möter i din vardag. I kommunvalet väljer du vilka politiker som bestämmer om skola, äldreomsorg, fritidsaktiviteter, gator, parker och mycket mer.

EXEMPEL PÅ DET SOM KOMMUNEN GÖR:

- Skola och barnomsorg
- Äldreomsorg och socialt stöd
- Gator, parker och miljö



DIN RÖST GÖR SKILLNAD

När du röstar är du med och bestämmer hur samhället ska se ut – från hela landet till där du bor.



Tre vägval för Sverige

Inför valet står vi inför olika vägval.

Politiska beslut påverkar hur samhället utvecklas – och skillnaderna mellan partierna är tydliga.

Partiernas förkortningar:

- M (Moderaterna)
- KD (Kristdemokraterna)
- L (Liberalerna)
- SD (Sverigedemokraterna)
- S (Socialdemokraterna)
- V (Vänsterpartiet)
- MP (Miljöpartiet)
- C (Centerpartiet)

Din valkompass

Här är några exempel på beslut som redan har genomförts – och förslag som diskuteras.

A-kassan – BESLUT

Vad har hänt:

Ersättningen minskar över tid

Beslutet genomfört av: M, KD, L, SD

Konsekvens:

- Mindre pengar ju längre du är arbetslös

Det leder till:

- Tryggheten räcker kortare tid

Har varit emot: S, V, MP

Hur pengarna fördelas – BESLUT

Vad har hänt:

Skattesänkningar har prioriterats

Beslutet genomfört av: M, KD, L, SD

Konsekvens:

- Mindre resurser till stöd och gemensamma insatser

Det leder till:

- Skillnaderna kan öka

Vill satsa mer på välfärd: S, V, MP, C

Bidragstak – BESLUT

Vad har hänt:

Tak för hur mycket stöd ett hushåll kan få

Beslutet genomfört av: M, KD, L, SD

Konsekvens:

- Mindre stöd för vissa familjer

Det leder till:

- Den som har lite kan få mindre

Har varit emot: S, V, MP

Arbetslösa – BESLUT

Vad har hänt:

Hårdare krav och sanktioner har införts

Beslutet genomfört av: M, KD, L, SD

Konsekvens:

- Risk att förlora ersättning

Det leder till:

- Mer press – mindre stöd

Vill se mer stöd: S, V, MP

Försörjningsstöd – BESLUT

Vad har hänt:

Hårdare regler för försörjningsstöd har beslutats, bland annat ett bidragstak, aktivitetskrav och ökade krav för att få stöd

Beslutet genomfört av:

M, KD, L, SD

Konsekvens:

- Mindre ekonomiskt stöd för många hushåll, särskilt större barnfamiljer
- Hårdare krav för att få och behålla stöd, till exempel krav på aktivitet eller läkarintyg

Det leder till:

- Ökad press på personer med försörjningsstöd
- Risk att fler får svårare att klara sin ekonomi

Har varit kritiska:

S, V, MP, C (kritik har riktats mot åtstramningarna och konsekvenserna)

Migration – BESLUT

Vad har hänt:

Stramare regler har införts

Beslutet genomfört av:

M, KD, L, SD

Konsekvens:

Svårare att få stanna

Det leder till:

Fler lever i osäkerhet

Vill ändra:

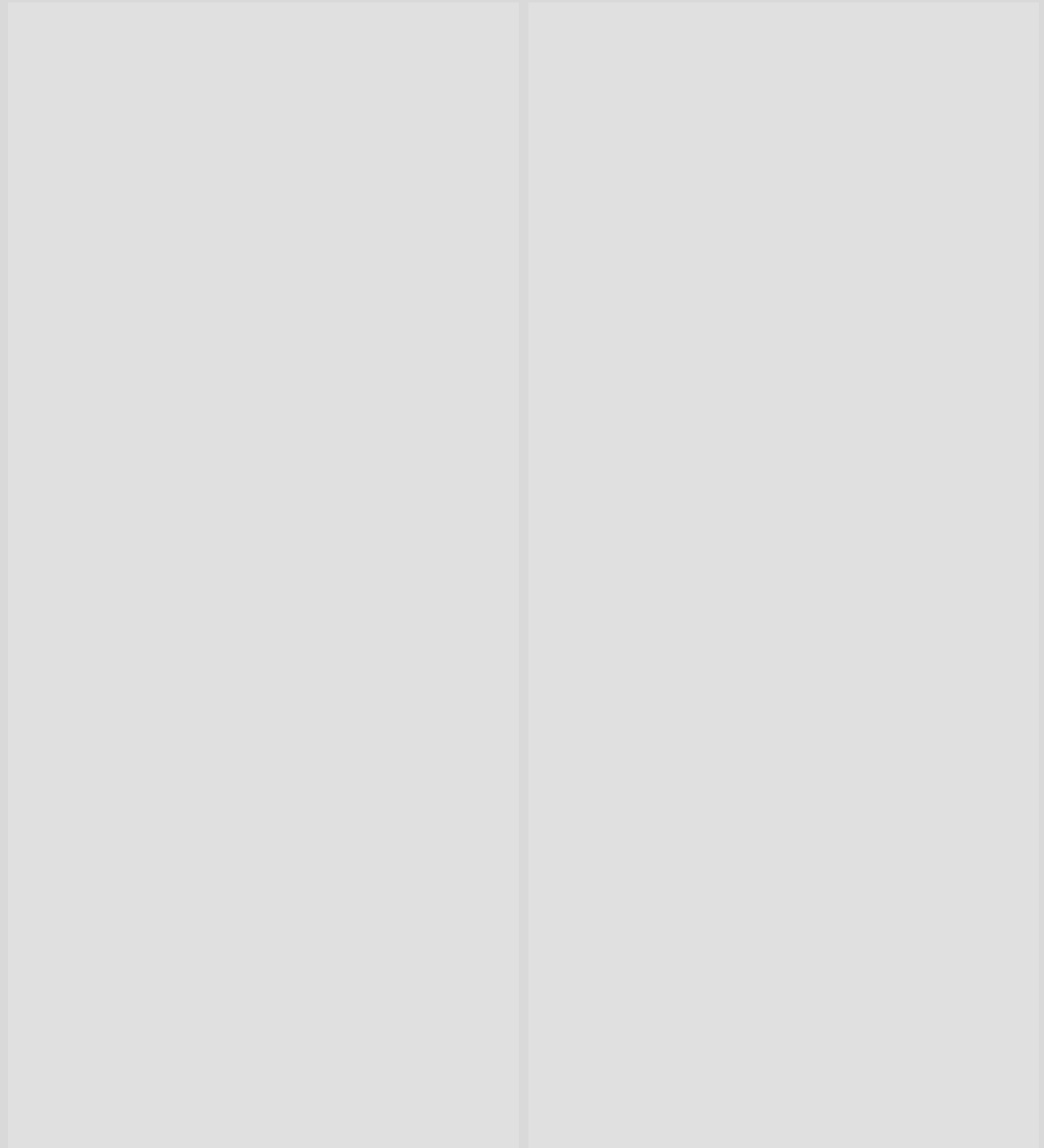
S, V, MP

#val2026

Fråga dina lokalpolitiker

Hur påverkar besluten dig i vardagen?

Ta kontakt med en lokal politiker och dela dina erfarenheter – och ställ dina frågor.



Vad kan du själv göra?

Dina val spelar roll – och det finns många sätt att påverka.

Det finns många sätt att påverka – både inför valet och i vardagen.

Du behöver inte vara politiker för att göra skillnad.

Prata med andra

- Prata med vänner, familj och grannar
- Dela dina erfarenheter och lyssna på andras
- Förklara varför det är viktigt att rösta

Var aktiv där du bor

- Ordna eller delta i aktiviteter i området
- Samla människor till samtal om viktiga frågor
- Sprid information om valet

Nå ut till fler

- Stå på torg eller andra platser där människor möts
- Dela information och prata med folk
- Svara på frågor om valet

Använd sociala medier

- Dela inlägg om frågor som är viktiga för dig
- Lyft berättelser från verkligheten
- Gilla, kommentera och sprid vidare

Påverka politiker

- Ta kontakt med politiker i din kommun
- Ställ frågor och berätta hur beslut påverkar dig
- Delta i möten eller bjud in till samtal

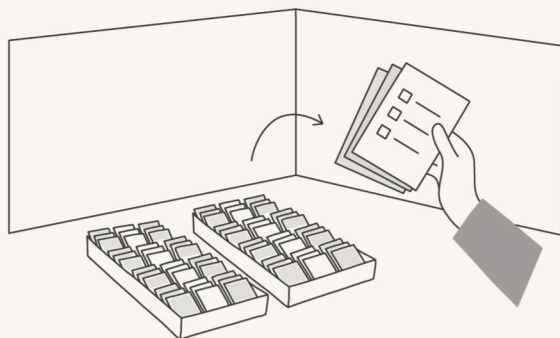
Skriv och tyck till

- Skriv insändare eller inlägg
- Lyft problem – men också lösningar
- Hjälpt fler att förstå vad som står på spel

Din röst spelar roll!
Ditt engagemang gör skillnad.

Valhemlighet när du röstar

Du behöver inte berätta för någon vad du röstar på. Du bestämmer även själv vad du röstar på.

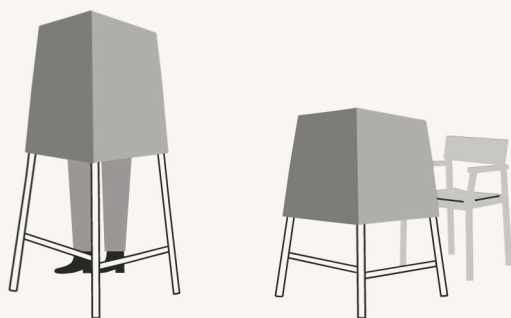


Ensam när du tar din valseedel

Valsedlarna finns bakom en avskärmning. **Du ska vara ensam när du tar dina valseddlar** så att ingen annan ser.

Om du har en funktionsnedsättning eller om du av andra skäl behöver hjälp, kan du få hjälp av en röstmottagare.

Om du vill få hjälp av en annan person behöver även en röstmottagare närvara. Röstmottagare har tystnadsplikt.



Ensam bakom valskärmen

När du tagit dina valseddlar ska du göra i ordning din röst. **Du ska vara ensam bakom valskärmen.** Om du behöver hjälp kan du fråga en röstmottagare.

Om du vill få hjälp av en annan person behöver även en röstmottagare närvara.



Ingen kan spåra din röst

När du gjort i ordning din röst tar röstmottagarna emot den och förvarar den tillsammans med andra personers röster. När din röst räknas kommer ingen kunna spåra att rösten kommer från just dig.

Har du frågor?

Fråga en röstmottagare, kontakta kommunens valnämnd eller besök www.val.se.