



HÖRSELSMART & demokratiskt VAL

Var femte väljare har en hörselnedsättning – och stängs ute från valdebatten om det saknas textning, teleslingor och tolkning.

Satsa på hörselsmart valrörelse 2026, uppmanar Hörselskadades Riksförbund (HRF). Satsa på riktig demokrati!

Över 1,8 miljoner av Sveriges vuxna befolkning har en hörselnedsättning. Det är ungefär var femte väljare.

Därför uppmanar HRF partier, politiker, arrangörer, opinionsbildare, medier och andra aktörer att se till att Sverige får en hörselsmart, tillgänglig valrörelse.

**” Utan delaktighet,
ingen riktig demokrati.**

Det är dags för en valrörelse där varje video och tv-sändning är textad, där varje valmöte har teleslinga, skrivtolkning och teckenspråkstolkning – och där alla som lever med hörselskador obehindrat kan ta del av

tal, utfrågningar, kampanjfilmer, utspel och debatter. Det borde vara självklart 2026. Men det är det inte. Alltför ofta saknas textning, teleslingor och tolkning.

Det här innebär att politiker, medier och andra aktörer riskerar att utesluta drygt 800 000 väljare i yrkesverksam ålder och över en miljon pensionärer. Vilket parti har råd att vända ryggen åt så många väljare?

En hörselsmart valrörelse handlar ytterst om respekt för allas lika värde och för våra medborgerliga fri- och rättigheter.

Utan delaktighet,
ingen riktig demokrati.



Hörselskadades Riksförbund

10 tips för en hörselsmart valrörelse

Hörselsmart är inte bara smart. Det kan vara enkelt! Här är en checklista med tips för en hörselsmart valrörelse: Här är några tips. Du hittar fler på hrf.se/val2026.

- **Texta allt – och nå fler!** Textning är nödvändigt för 1,8 miljoner hörselskadade, men används också av många, många fler. Nio av tio tittar på videor med ljudet av, visar undersökningar. Undertexter ökar också sökbarheten, synligheten och genomslaget.

Idag är det enkelt att texta – ofta kostnadsfritt. Du hittar matnyttiga tips om metoder och verktyg för autotextning på HRFs temasidor: allakantexta.se

- **Teleslinga – som fungerar.** Över 700 000 svenskar har hörapparater och hör bättre om de kan lyssna via en teleslinga (hörslinga), som trådlöst överför ljudet till hörapparater som satts i t-läge. Lägg därför alla valmöten i lokaler med en väl fungerande teleslinga.

Boverkets byggregler kräver system för ljudöverföring (teleslinga eller motsvarande) i samlingslokaler.

OBS: Kontrollera alltid i förväg att teleslingan fungerar som den ska, utan störningar.

- **Bra högtalare – och jämnt ljud.** Bra ljud är inte samma sak som högt ljud. Om ljudet ska nå långt, till exempel i en större lokal, behövs det flera högtalare och god ljudkvalitet, inte få högtalare på hörselskadlig ljudnivå.

- **Bra hörbarhet.** Alla som vill höras behöver bra ljud, såväl på möten som i videos, livesändningar med mera. Det ska inte finnas störande ekon eller omgivningsbuller. Ha aldrig bakgrundsmusik samtidigt som någon talar, annars tappar ni var femte lyssnare direkt.

- **Mikrofonvett!** Bra mikrofoner och mikrofonvett är A och O för god hörbarhet. Det möjliggör också autotextning. Det är viktigt att allt som sägs sägs i mikrofon – även publikfrågor.

- **Skrivtolkning – bra för alla.** Boka skrivtolkning till större offentliga arrangemang. Skrivtolkar skriver allt som

FN-konvention och svensk lag kräver tillgänglig valrörelse

Att kunna ta del av valrörelse och valmaterial är en FN-skyddad rättighet.

Alla som har en funktionsnedsättning ska "effektivt och fullständigt" kunna "delta i det politiska och offentliga livet på samma villkor som andra", enligt **FN-konventionen om rättigheter för personer med funktionsnedsättning**, artikel 29.

Även flera svenska lagar ställer krav på tillgänglighet, bland annat **diskrimineringslagen**, **Lagen om tillgänglighet till digital offentlig service** och **Lagen om vissa produkters och tjänsters tillgänglighet**.

sägs, när det sägs. Det är ett viktigt stöd för hörselskadade och uppskattat av andra. Forskning visar dessutom att vi engagerar oss mer om vi samtidigt kan läsa det vi hör. Ett skrivtolkat valtal kan alltså få bättre genomslag.

- **Boka teckenspråkstolkning.** Ungefär 10 000 i Sverige har teckenspråk som modersmål. För större valmöten är det därför bra att boka teckenspråkstolkning.

OBS: Teckenspråkstolkning kan inte ersätta textning eller skrivtolkning. Det finns 1,8 miljoner hörselskadade i Sverige som inte kan teckenspråk.

- **Sätt ljus på valmötet.** Se till att det är god och jämn belysning, så att det är lätt att se ansiktsuttryck och avläsa läppar.

- **Autotexta videomötet.** I alla videoplattformar samt Powerpoint går det att slå på automatiska undertexter på svenska, med kvalitet om ljudet är bra. Om ni ska ha ett öppet möte på en videoplattform, till att medverkande talar en i taget i bra mikrofon, nära munnen.

- **Informera om tillgänglighet.** Har ni teleslinga och skrivtolkning på ert arrangemang? Tänk på att informera om det i annonser med mera.

För mer information: hrf.se/val2026

Fråga Hörsellinjen!

Har ni frågor om tillgänglighet för hörselskadade? Välkommen att kontakta Hörsellinjen, en rådgivningstjänst hos Hörselskadades Riksförbund (HRF). Ring oss på **0770-888 000** eller mejla via webbsidan hrf.se/horsellinjen

Välkommen att kontakta oss i HRF:

Förening/distrikt:

Kontaktperson:

E-post:

Telefon: