WRITE FOR RIGHTS

2026



WRITE FOR RIGHTS

AMNESTY INTERNATIONAL

SCHRIJF EEN BRIEF VERANDER EEN LEVEN

WRITE FOR RIGHTS 2026

INHOUD VAN DE LES

1. De Power van Post
2. Amnesty. Wie?
3. Maak kennis met mensenrechten
4. App? Mail? Brief!
5. My Right! You write?
6. Pen? Papier? Schrijf!

AMNESTY INTERNATIONAL

1. De Power van Post

AMNESTY INTERNATIONAL

Dorgelesse Nguessan uit Kameroen

“We waren overweldigd door alle brieven en kaarten uit Nederland. Jullie vriendelijkheid en compassie maken een wereld van verschil. We zijn jullie enorm dankbaar.”

– Dorgelesse

AMNESTY INTERNATIONAL



Dorgelesse

Kameroen

- Dorgelesse werd opgepakt na een geweldloos protest
- Ze moest vijf jaar de gevangenis in
- Amnesty voerde actie voor haar vrijlating
- Duizenden mensen schreven brieven
- In 2025 kwam Dorgelesse vrij en kon ze haar kinderen weer zien
- Al die brieven hielpen daar aan mee!

AMNESTY INTERNATIONAL

Sonia Dahmani
uit Tunesië

“Alle brieven, petities, woorden, gebaren, en andere steun helpen ons. Ze geven betekenis en waardigheid op het moment dat alles verloren lijkt. Dankjewel Amnesty dat jullie dit mogelijk maakten.”

– Nour, dochter van Sonia

AMNESTY INTERNATIONAL



Sonia

Tunesië

- Advocaat en mensenrechtenverdediger
- Sprak zich uit tegen onrecht
- Werd daarvoor opgepakt en opgesloten
- Sonia werd vrijgelaten

Samen kunnen we verschil maken:

Meer dan **380.000 mensen** kwamen voor Sonia in actie tijdens Write for Rights 2025!

AMNESTY INTERNATIONAL

2. Amnesty. Wie?

AMNESTY INTERNATIONAL

EEN KORTE TIJDLIJN

Tweede Wereldoorlog

1939-1945

Oktober 1945

Oprichting van de Verenigde Naties

December 1948

Universele Verklaring van de Rechten van de Mens

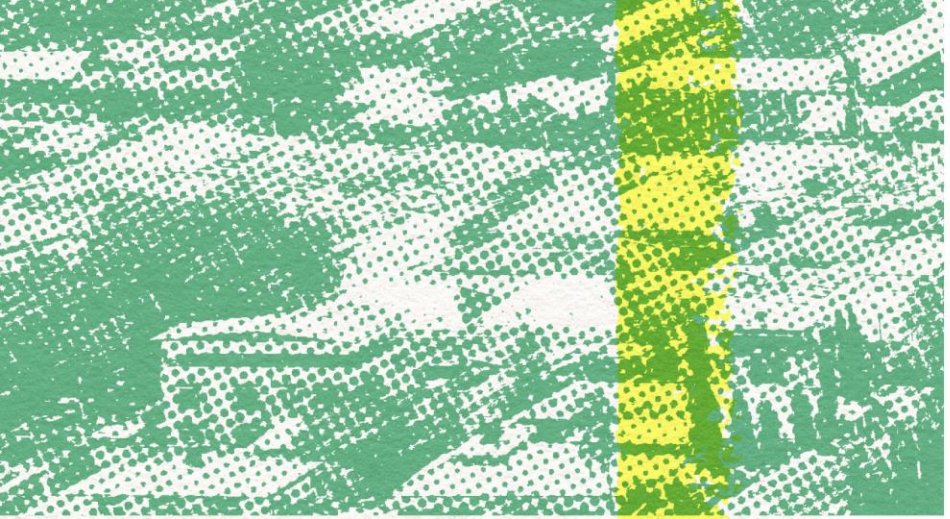
Juli 1961

Oprichting Amnesty International

November 1989

Kinderrechtenverdrag

AMNESTY INTERNATIONAL





WAT DOET AMNESTY INTERNATIONAL?

Opkomen voor mensenrechten! Bijvoorbeeld door:

- Onderzoek te doen
- Les te geven over mensenrechten
- Actievoeren: regeringen aanspreken, mensen steunen, en nog veel meer!

Met Write for Rights helpen we mensen op twee manieren:

- Brieven naar machthebbers
- Kaarten voor de mensen zelf, om hen te steunen

AMNESTY INTERNATIONAL

3. Maak kennis met mensenrechten

AMNESTY INTERNATIONAL



MENSENRECHTEN GELDEN VOOR IEDEREEN, ALTIJD EN OVERAL.

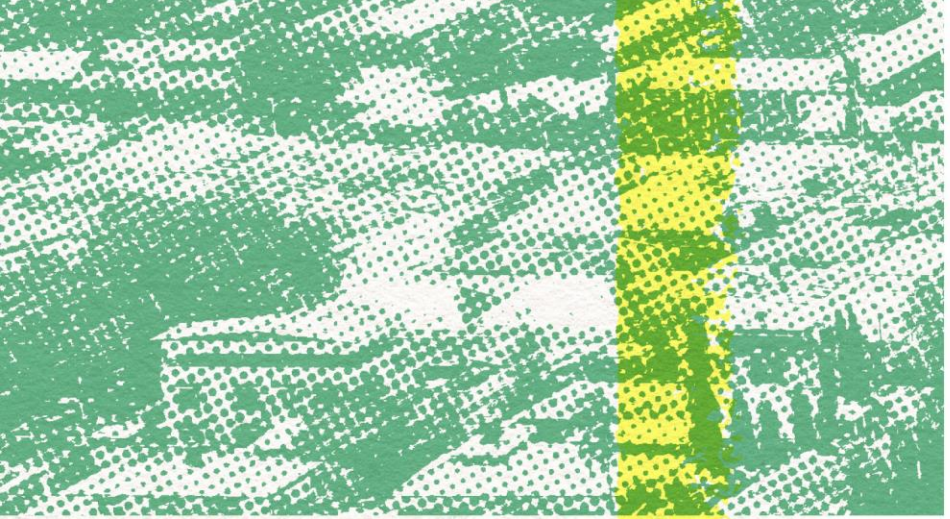
Wat bedoelen we precies met een recht?

A. Een recht is als een wet. Als je het recht overtreedt word je gestraft.

B. Een recht is als een spelregel. Het zorgt ervoor dat er eerlijke afspraken zijn.

C. Een recht is een soort straf. Als je iets gedaan hebt wat niet mag, dan krijg je dit recht.

AMNESTY INTERNATIONAL





MENSENRECHTEN GELDEN VOOR IEDEREEN, ALTIJD EN OVERAL.

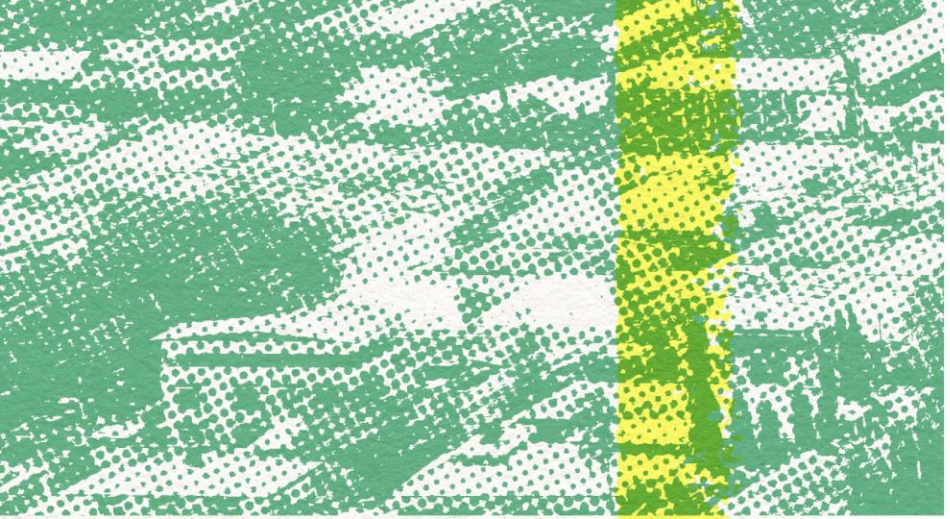
Wat bedoelen we precies met een recht?

A. Een recht is als een wet. Als je het recht overtreedt word je gestraft.

B. Een recht is als een spelregel. Het zorgt ervoor dat er eerlijke afspraken zijn.

C. Een recht is een soort straf. Als je iets gedaan hebt wat niet mag, dan krijg je dit recht.

AMNESTY INTERNATIONAL





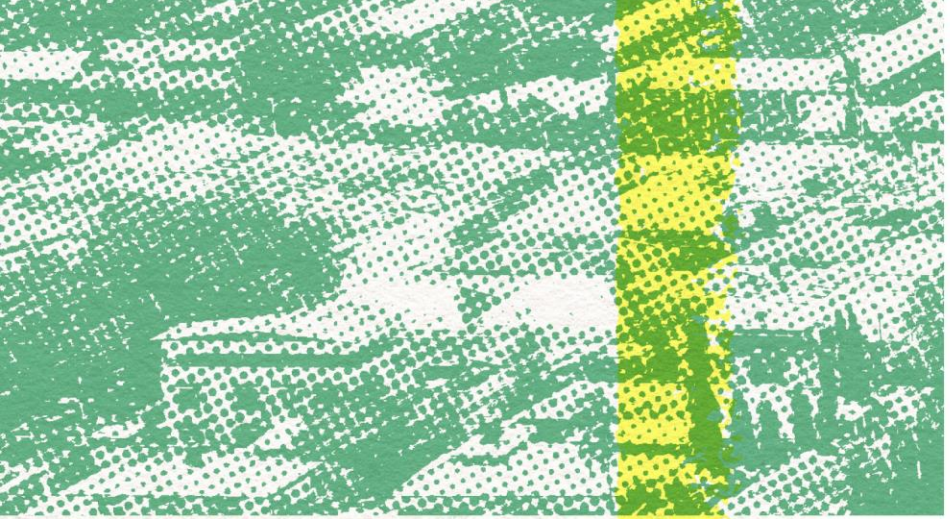
WAT ZIJN MENSENRECHTENVERDEDIGERS?

A. Mensen die opkomen voor hun mensenrechten of de rechten van anderen

B. Mensen die met wapens strijden tegen hun regering

C. Alleen advocaten die rechtszaken voeren over mensenrechten

AMNESTY INTERNATIONAL





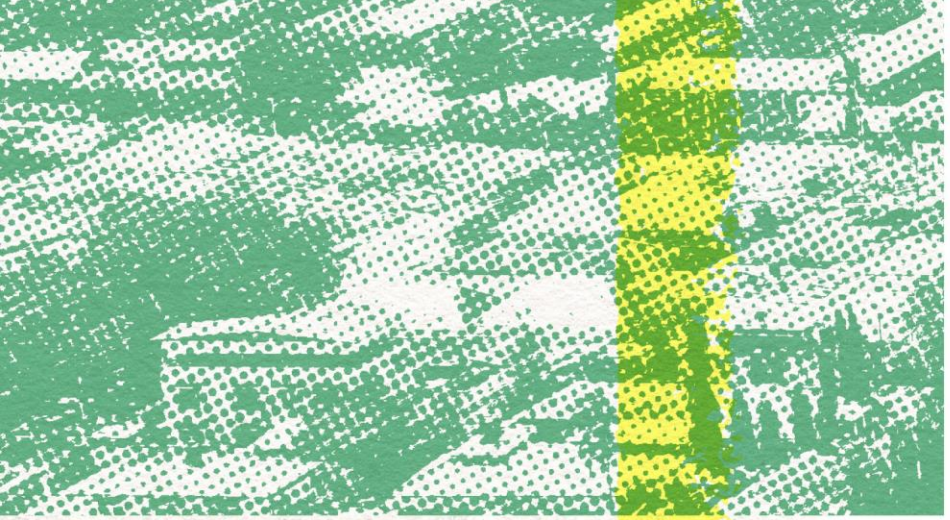
WAT ZIJN MENSENRECHTENVERDEDIGERS?

A. **Mensen die opkomen voor hun mensenrechten of de rechten van anderen**

B. Mensen die met wapens strijden tegen hun regering

C. Alleen advocaten die rechtszaken voeren over mensenrechten

AMNESTY INTERNATIONAL





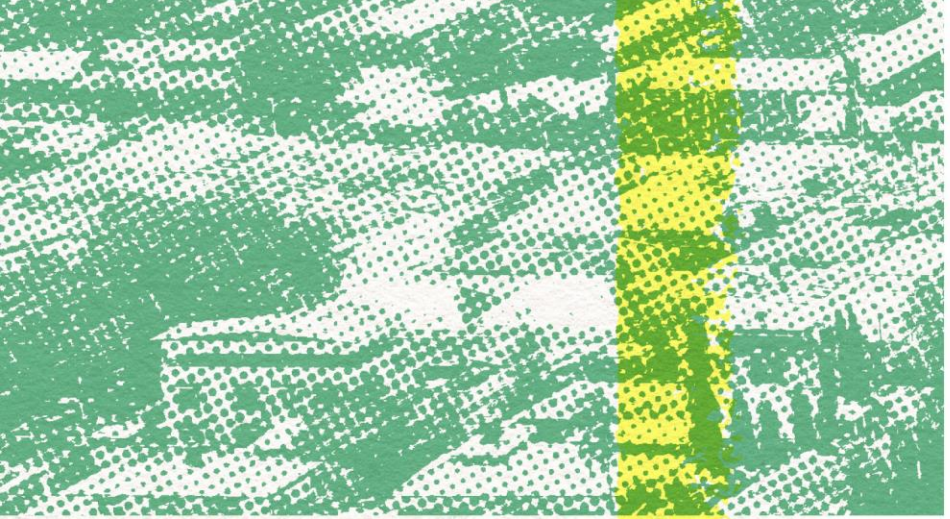
WAAR OF NIET WAAR?

Mensen die de wet hebben overtreden kunnen hun mensenrechten kwijtraken.

A. Waar

B. Niet waar

AMNESTY INTERNATIONAL





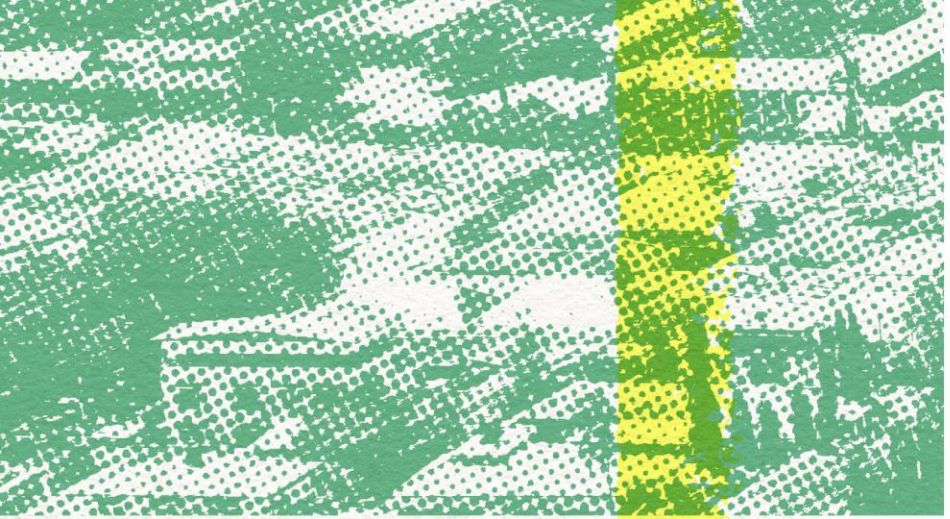
WAAR OF NIET WAAR?

Mensen die de wet hebben overtreden kunnen hun mensenrechten kwijtraken.

A. Waar

B. Niet waar

AMNESTY INTERNATIONAL





WELKE VAN DE VOLGENDE RECHTEN IS GEEN ECHT MENSENRECHT?

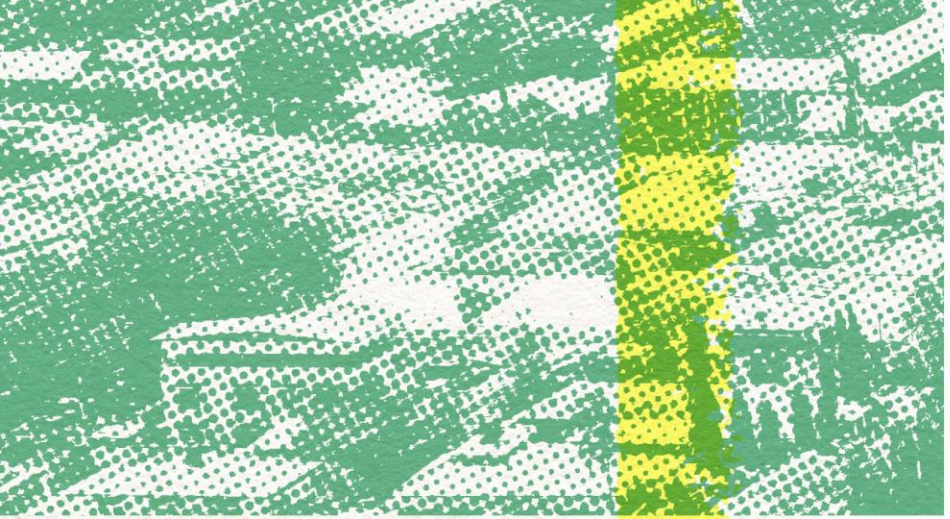
A. Het recht op onderwijs

B. Het recht op rijkdom

C. Het recht op rust en vrije tijd

D. Het recht op een nationaliteit (het recht om bij een land te horen)

AMNESTY INTERNATIONAL





WELKE VAN DE VOLGENDE RECHTEN IS GEEN ECHT MENSENRECHT?

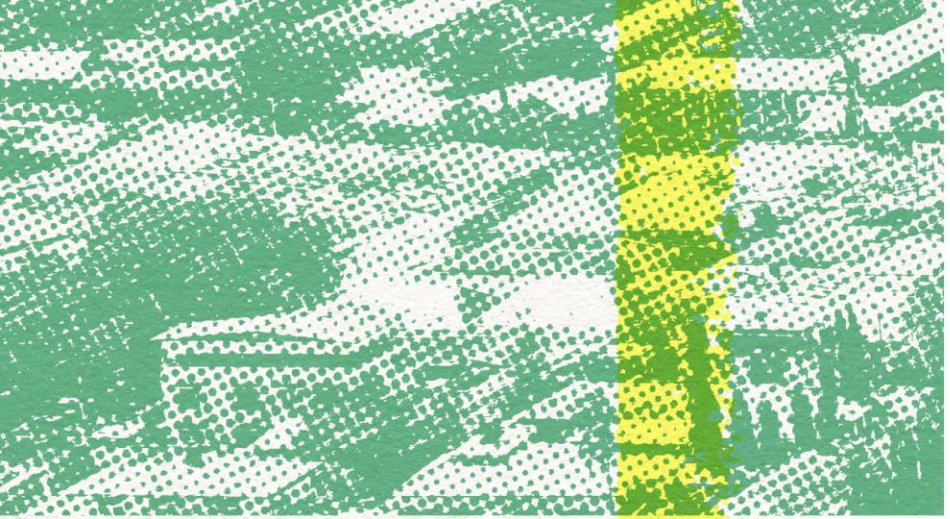
A. Het recht op onderwijs

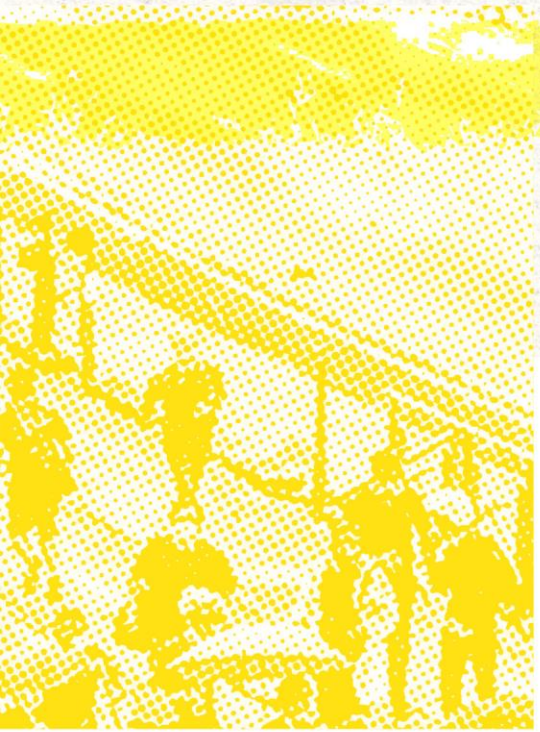
B. Het recht op rijkdom

C. Het recht op rust en vrije tijd

D. Het recht op een nationaliteit (het recht om bij een land te horen)

AMNESTY INTERNATIONAL





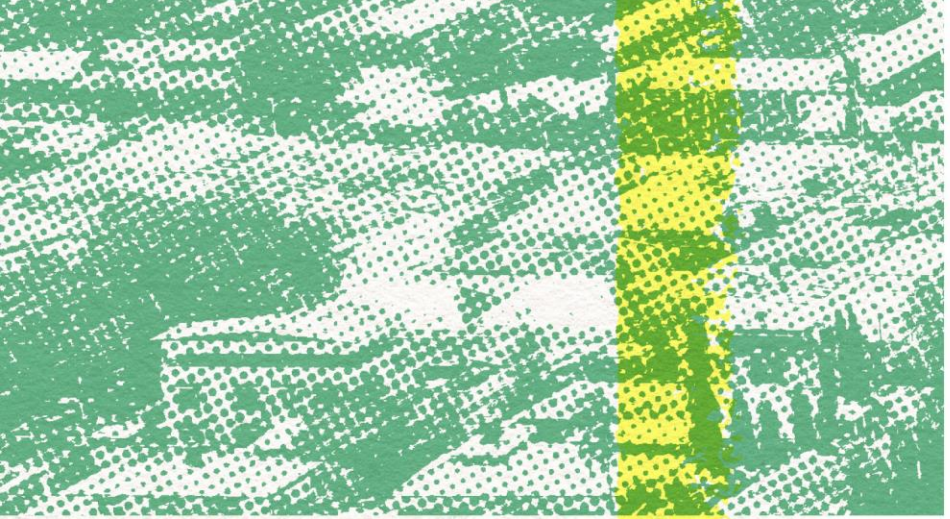
WELKE GEVANGENEN WORDEN GEWETENSGEVANGENEN GENOEMD?

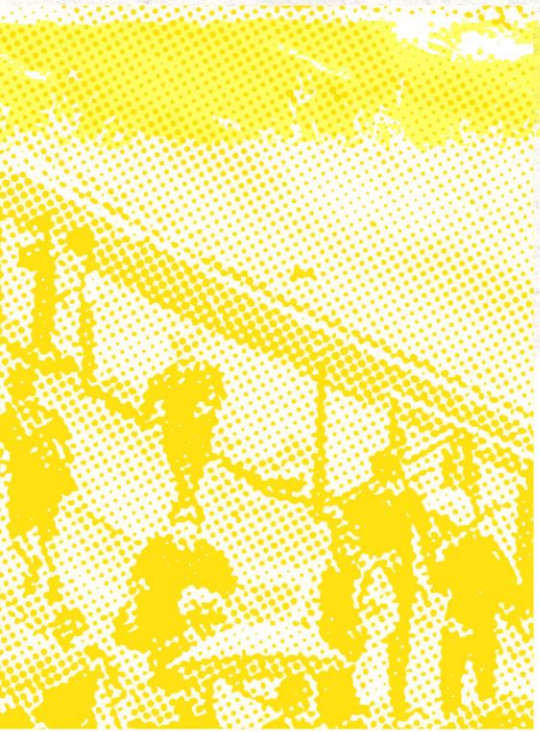
A. Mensen die geweld hebben gebruikt en weten dat ze daarom in de gevangenis zitten

B. Mensen die geen geweld hebben gebruikt maar vanwege hun mening, godsdienst, afkomst of seksuele voorkeur in de gevangenis zitten

C. Mensen die geen geweten hebben en beter gevangen kunnen zitten

AMNESTY INTERNATIONAL





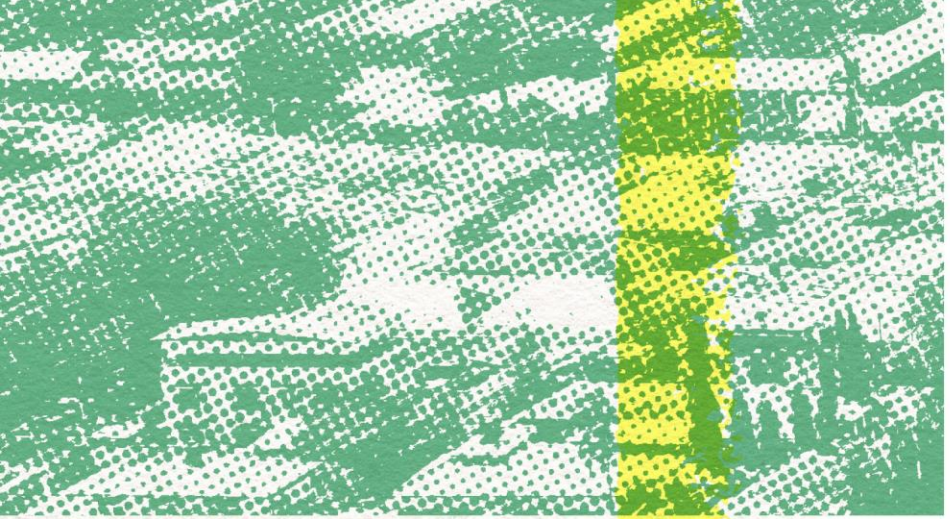
WELKE GEVANGENEN WORDEN GEWETENSGEVANGENEN GENOEMD?

A. Mensen die geweld hebben gebruikt en weten dat ze daarom in de gevangenis zitten

B. Mensen die geen geweld hebben gebruikt maar vanwege hun mening, godsdienst, afkomst of seksuele voorkeur in de gevangenis zitten

C. Mensen die geen geweten hebben en beter gevangen kunnen zitten

AMNESTY INTERNATIONAL





AMNESTY DOET ONDERZOEK NAAR MENSENRECHTEN EN KOMT DAARNA IN ACTIE. WAT WIL AMNESTY BEREIKEN?

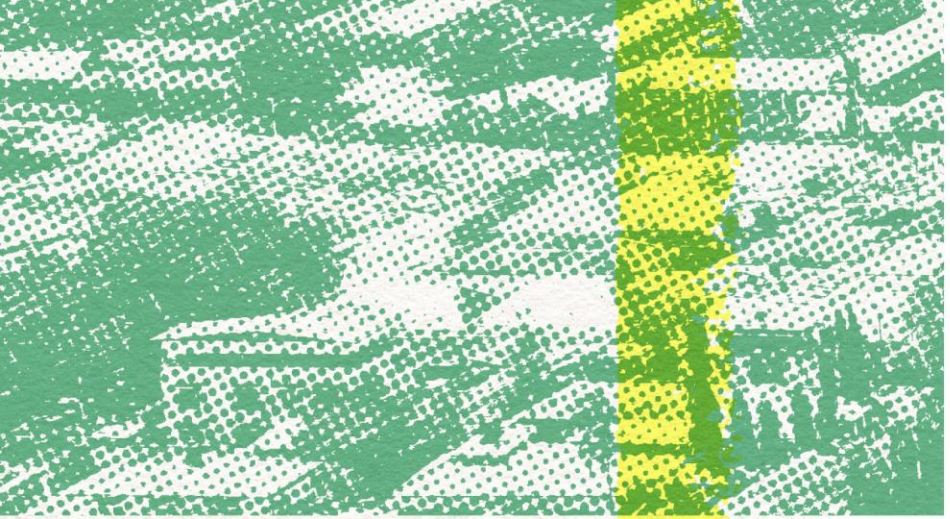
A. Geld inzamelen om op te sturen naar dat land

B. Spullen verzamelen om op te sturen naar dat land

C. Aandacht vragen voor mensenrechten, zodat de regering iets gaat doen om dit te verbeteren

D. Eerste hulp verlenen op plekken waar dat nodig is

AMNESTY INTERNATIONAL





AMNESTY DOET ONDERZOEK NAAR MENSENRECHTEN EN KOMT DAARNA IN ACTIE. WAT WIL AMNESTY BEREIKEN?

A. Geld inzamelen om op te sturen naar dat land

B. Spullen verzamelen om op te sturen naar dat land

C. Aandacht vragen voor mensenrechten, zodat de regering iets gaat doen om dit te verbeteren

D. Eerste hulp verlenen op plekken waar dat nodig is

AMNESTY INTERNATIONAL

WAT DOEN WE PRECIES MET WRITE FOR RIGHTS VOOR MENSEN VAN WIE RECHTEN WORDEN GESCHONDEN?

Meerdere antwoorden zijn goed!

A. Brieven schrijven naar regeringen om te vragen zich aan de mensenrechten te houden

B. Kaarten schrijven naar de mensen zelf, om ze te steunen

C. Handtekeningen zetten op petities

D. Naar demonstraties gaan

AMNESTY INTERNATIONAL

WAT DOEN WE PRECIES MET WRITE FOR RIGHTS VOOR MENSEN VAN WIE RECHTEN WORDEN GESCHONDEN?

Meerdere antwoorden zijn goed!

A. **Brieven schrijven naar regeringen om te vragen zich aan de mensenrechten te houden**

B. **Kaarten schrijven naar de mensen zelf, om ze te steunen**

C. **Handtekeningen zetten op petities**

D. Naar demonstraties gaan

AMNESTY INTERNATIONAL

IN HOEVEEL LANDEN DEDEN MENSEN MEE AAN WRITE FOR RIGHTS IN 2025?

A. 15 landen

B. 57 landen

C. 64 landen

D. 82 landen

AMNESTY INTERNATIONAL

IN HOEVEEL LANDEN DEDEN MENSEN MEE AAN WRITE FOR RIGHTS IN 2025?

A. 15 landen

B. 57 landen

C. 64 landen

D. 82 landen

AMNESTY INTERNATIONAL

HOEVEEL NEDERLANDSE LEERLINGEN DEDEN ER VORIG JAAR MEE AAN WRITE FOR RIGHTS OP SCHOOL?

A. Bijna 1.000 leerlingen

B. Bijna 5.000 leerlingen

C. Bijna 50.000 leerlingen

D. Bijna 80.000 leerlingen

AMNESTY INTERNATIONAL

HOEVEEL NEDERLANDSE LEERLINGEN DEDEN ER VORIG JAAR MEE AAN WRITE FOR RIGHTS OP SCHOOL?

A. Bijna 1.000 leerlingen

B. Bijna 5.000 leerlingen

C. Bijna 50.000 leerlingen

D. Bijna 80.000 leerlingen

AMNESTY INTERNATIONAL

4. App? Mail? Brief!

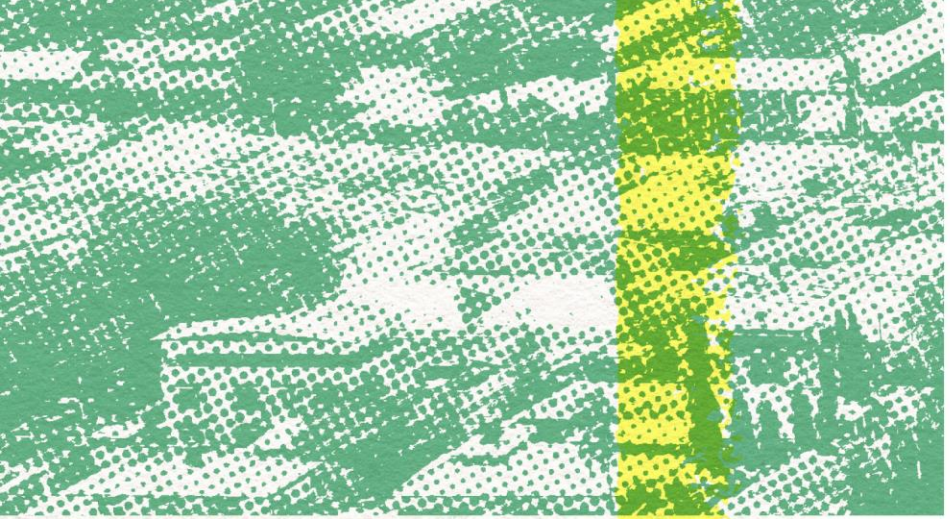
AMNESTY INTERNATIONAL



WAAROM SCHRIJVEN WE BRIEVEN EN KAARTEN?

- Overheden merken dat ze in de gaten worden gehouden en willen geen negatieve aandacht:
  - Omstandigheden in de gevangenis verbeteren
  - Mensen komen vrij
- Steun bieden en moed geven aan de mensen voor wie we schrijven

AMNESTY INTERNATIONAL





WAT ZET JE OP DE KAART OF BRIEF?

- Jouw naam en land
- De naam van de ontvanger en het adres
- Op de kaart: een persoonlijke boodschap en/of tekening
- Op de brief: waarom de persoon vrijgelaten moet worden

Tip: gebruik de voorbeeldbrief en voorbeeldkaart voor inspiratie. Het is leuk om veel verschillende soorten kaartjes te krijgen, dus doe het vooral op jouw manier!

AMNESTY INTERNATIONAL

5. My Right! You Write?

AMNESTY INTERNATIONAL



HUMPHREY POLEPOLE

TANZANIA

- Werkte voor de overheid
- Sprak zich uit tegen onrecht en oneerlijke wetten
- Durfde kritiek te geven op de regering
- Werd hiervoor lastiggevallen en bedreigd
- Werd op 6 oktober 2025 ontvoerd
- Sindsdien is hij vermist
- Zijn familie en vrienden strijden voor antwoorden

AMNESTY INTERNATIONAL



HUMPHREY POLEPOLE

TANZANIA

- Wat verwachten jullie van de overheid in deze situatie?

- Welke artikelen van de UVRM worden hier geschonden?

AMNESTY INTERNATIONAL

UNIVERSELE VERKLARING VAN DE RECHTEN VAN DE MENS

IN HET KORT

ARTIKEL 1 Iedereen wordt vrij en met gelijke rechten geboren.

ARTIKEL 2 De mensenrechten gelden voor iedereen, waar ook ter wereld.

ARTIKEL 3 Je hebt recht op leven, op vrijheid en op veiligheid.

ARTIKEL 4 Slavernij is verboden.

ARTIKEL 5 Marteling is verboden, net als wrede en vernederende behandeling of bestraffing.

ARTIKEL 6 Je hebt het recht om erkend te worden voor de wet, waar je ook bent.

ARTIKEL 7 De wet is voor iedereen gelijk en moet iedereen gelijke bescherming bieden.

ARTIKEL 8 Als je onrecht is aangedaan, moet je rechtsbescherming krijgen.

ARTIKEL 9 Je mag niet zomaar worden opgesloten, of het land uitgezet.

ARTIKEL 10 Als je terecht moet staan, heb je recht op een eerlijke en openbare rechtszaak met een onafhankelijke en onpartijdige rechter.

ARTIKEL 11 Je bent onschuldig tot het tegendeel is bewezen.

ARTIKEL 12 Je hebt recht op privacy en bescherming van je goede naam.

ARTIKEL 13 Je mag je vrij verplaatsen in je eigen land, je mag overal naartoe.

ARTIKEL 14 Als je rechten worden bedreigd, mag je vluchten naar een ander land.

ARTIKEL 15 Je hebt recht op een nationaliteit.

ARTIKEL 16 Je mag trouwen en een gezin stichten met wie jij wilt.

ARTIKEL 17 Je hebt recht op eigendom.

ARTIKEL 18 Je mag je eigen godsdienst kiezen of van godsdienst veranderen.

ARTIKEL 19 Je hebt recht op informatie en je mag je eigen mening vormen.

ARTIKEL 20 Je mag lid worden van een vereniging en er zelf een oprichten.

ARTIKEL 21 Iedereen mag meedoen aan de verkiezingen en zichzelf daarvoor verkiesbaar stellen.

ARTIKEL 22 Je hebt recht op de economische, culturele en sociale voorzieningen in je land.

ARTIKEL 23 Je hebt recht op werk en een studie naar keuze.

ARTIKEL 24 Je hebt recht op rust en vrije tijd.

ARTIKEL 25 Je hebt recht op genoeg inkomen om van te leven.

ARTIKEL 26 Je hebt recht op onderwijs.

ARTIKEL 27 Je hebt recht om te genieten van kunst en cultuur.

ARTIKEL 28 Landen moeten ervoor zorgen dat de mensenrechten kunnen worden nageleefd.

ARTIKEL 29 Je dient ervoor te zorgen dat ook de rechten van andere mensen kunnen worden nageleefd.

ARTIKEL 30 Geen van deze rechten mag worden gebruikt om de mensenrechten te misbruiken.

AMNESTY INTERNATIONAL

DARIA EGEREVA

RUSLAND

- Behoort tot de Selkoepen, een inheemse bevolkingsgroep in Siberië
- Zet zich in voor de bescherming van natuur, milieu en inheemse rechten
- Kwam op voor het land en de toekomst van haar gemeenschap
- Sprak zich uit tegen onrecht en schadelijke ontwikkelingen in haar gebied
- Werd in 2025 gearresteerd
- Zit vast zonder contact met de buitenwereld



DARIA EGEREVA

RUSLAND

- Wat verwachten jullie van de overheid in deze situatie?

- Welke artikelen van de UVRM worden hier geschonden?



UNIVERSELE VERKLARING VAN DE RECHTEN VAN DE MENS

IN HET KORT

ARTIKEL 1 Iedereen wordt vrij en met gelijke rechten geboren.

ARTIKEL 2 De mensenrechten gelden voor iedereen, waar ook ter wereld.

ARTIKEL 3 Je hebt recht op leven, op vrijheid en op veiligheid.

ARTIKEL 4 Slavernij is verboden.

ARTIKEL 5 Marteling is verboden, net als wrede en vernederende behandeling of bestraffing.

ARTIKEL 6 Je hebt het recht om erkend te worden voor de wet, waar je ook bent.

ARTIKEL 7 De wet is voor iedereen gelijk en moet iedereen gelijke bescherming bieden.

ARTIKEL 8 Als je onrecht is aangedaan, moet je rechtsbescherming krijgen.

ARTIKEL 9 Je mag niet zomaar worden opgesloten, of het land uitgezet.

ARTIKEL 10 Als je terecht moet staan, heb je recht op een eerlijke en openbare rechtszaak met een onafhankelijke en onpartijdige rechter.

ARTIKEL 11 Je bent onschuldig tot het tegendeel is bewezen.

ARTIKEL 12 Je hebt recht op privacy en bescherming van je goede naam.

ARTIKEL 13 Je mag je vrij verplaatsen in je eigen land, je mag overal naartoe.

ARTIKEL 14 Als je rechten worden bedreigd, mag je vluchten naar een ander land.

ARTIKEL 15 Je hebt recht op een nationaliteit.

ARTIKEL 16 Je mag trouwen en een gezin stichten met wie jij wilt.

ARTIKEL 17 Je hebt recht op eigendom.

ARTIKEL 18 Je mag je eigen godsdienst kiezen of van godsdienst veranderen.

ARTIKEL 19 Je hebt recht op informatie en je mag je eigen mening vormen.

ARTIKEL 20 Je mag lid worden van een vereniging en er zelf een oprichten.

ARTIKEL 21 Iedereen mag meedoen aan de verkiezingen en zichzelf daarvoor verkiesbaar stellen.

ARTIKEL 22 Je hebt recht op de economische, culturele en sociale voorzieningen in je land.

ARTIKEL 23 Je hebt recht op werk en een studie naar keuze.

ARTIKEL 24 Je hebt recht op rust en vrije tijd.

ARTIKEL 25 Je hebt recht op genoeg inkomen om van te leven.

ARTIKEL 26 Je hebt recht op onderwijs.

ARTIKEL 27 Je hebt recht om te genieten van kunst en cultuur.

ARTIKEL 28 Landen moeten ervoor zorgen dat de mensenrechten kunnen worden nageleefd.

ARTIKEL 29 Je dient ervoor te zorgen dat ook de rechten van andere mensen kunnen worden nageleefd.

ARTIKEL 30 Geen van deze rechten mag worden gebruikt om de mensenrechten te misbruiken.

AMNESTY INTERNATIONAL



MARWA ARAFA

EGYPTE

- Moeder van een dochter
- Komt op voor kinderrechten in Egypte
- Helpt kinderen en families die zijn opgesloten
- Sprak zich uit tegen onrecht
- Werd in 2020 meegenomen door de veiligheidsdienst
- Werd beschuldigd van 'terrorisme', zonder bewijs
- Zit nog steeds vast zonder een eerlijke rechtszaak

AMNESTY INTERNATIONAL



MARWA ARAFA

EGYPTE

- Wat verwachten jullie van de overheid in deze situatie?

- Welke artikelen van de UVRM worden hier geschonden?

AMNESTY INTERNATIONAL

UNIVERSELE VERKLARING VAN DE RECHTEN VAN DE MENS

IN HET KORT

ARTIKEL 1 Iedereen wordt vrij en met gelijke rechten geboren.

ARTIKEL 2 De mensenrechten gelden voor iedereen, waar ook ter wereld.

ARTIKEL 3 Je hebt recht op leven, op vrijheid en op veiligheid.

ARTIKEL 4 Slavernij is verboden.

ARTIKEL 5 Marteling is verboden, net als wrede en vernederende behandeling of bestraffing.

ARTIKEL 6 Je hebt het recht om erkend te worden voor de wet, waar je ook bent.

ARTIKEL 7 De wet is voor iedereen gelijk en moet iedereen gelijke bescherming bieden.

ARTIKEL 8 Als je onrecht is aangedaan, moet je rechtsbescherming krijgen.

ARTIKEL 9 Je mag niet zomaar worden opgesloten, of het land uitgezet.

ARTIKEL 10 Als je terecht moet staan, heb je recht op een eerlijke en openbare rechtszaak met een onafhankelijke en onpartijdige rechter.

ARTIKEL 11 Je bent onschuldig tot het tegendeel is bewezen.

ARTIKEL 12 Je hebt recht op privacy en bescherming van je goede naam.

ARTIKEL 13 Je mag je vrij verplaatsen in je eigen land, je mag overal naartoe.

ARTIKEL 14 Als je rechten worden bedreigd, mag je vluchten naar een ander land.

ARTIKEL 15 Je hebt recht op een nationaliteit.

ARTIKEL 16 Je mag trouwen en een gezin stichten met wie jij wilt.

ARTIKEL 17 Je hebt recht op eigendom.

ARTIKEL 18 Je mag je eigen godsdienst kiezen of van godsdienst veranderen.

ARTIKEL 19 Je hebt recht op informatie en je mag je eigen mening vormen.

ARTIKEL 20 Je mag lid worden van een vereniging en er zelf een oprichten.

ARTIKEL 21 Iedereen mag meedoen aan de verkiezingen en zichzelf daarvoor verkiesbaar stellen.

ARTIKEL 22 Je hebt recht op de economische, culturele en sociale voorzieningen in je land.

ARTIKEL 23 Je hebt recht op werk en een studie naar keuze.

ARTIKEL 24 Je hebt recht op rust en vrije tijd.

ARTIKEL 25 Je hebt recht op genoeg inkomen om van te leven.

ARTIKEL 26 Je hebt recht op onderwijs.

ARTIKEL 27 Je hebt recht om te genieten van kunst en cultuur.

ARTIKEL 28 Landen moeten ervoor zorgen dat de mensenrechten kunnen worden nageleefd.

ARTIKEL 29 Je dient ervoor te zorgen dat ook de rechten van andere mensen kunnen worden nageleefd.

ARTIKEL 30 Geen van deze rechten mag worden gebruikt om de mensenrechten te misbruiken.

AMNESTY INTERNATIONAL

6. Pen? Papier? Schrijf!

AMNESTY INTERNATIONAL

WRITE FOR RIGHTS 2026

VOOR WIE WIL JIJ SCHRIJVEN?

Welke persoon heeft jou het meest geraakt? Waarom?

Denk bij het schrijven van je groetenkaartje na over:

- Wat wil je graag tegen deze persoon zeggen?
- Hoe hoop je dat deze persoon zich voelt door jouw kaart?

Schrijf je een brief? Gebruik de voorbeeldbrief voor inspiratie.

Tip: schrijf op je kaart een persoonlijke boodschap, of maak een mooie tekening!

AMNESTY INTERNATIONAL

Word onderdeel van Amnesty's jongerencommunity!

Amnesty's Whatsapp Channel

Amnesty's TikTok

AMNESTY INTERNATIONAL

WRITE FOR RIGHTS 2026

AMNESTY INTERNATIONAL