VERKEFNI

MÁ BJÓÐA ÞÉR MANNRÉTTINDI?

Í verkefninu kynna þátttakendur sér Mannréttindayfirlýsingu Sameinuðu þjóðanna, greina mannréttindabrot í fimm raunverulegum sögum þolenda og velta fyrir sér sínu hlutverki sem þátttakendur í lýðræðislegu samfélagi.

MARKMIÐ

1. Að kynnast Mannréttindayfirlýsingu Sameinuðu þjóðanna.
2. Að læra að skynja mun á ólíkum aðstæðum einstaklinga, jafnrétti, forréttindum og mismunun (Aðalnámskrá grunnskóla 2011: Almennur hluti/2011).
3. Að efla gagnrýna hugsun, ígrunda grunngildi samfélagsins og veita þátttakendum tækifæri tl að skapa sjálfbært og samábyrgt samfélag (Aðalnámskrá grunnskóla 2011: Almennur hluti/2011).
4. Að skoða hvernig fólk býr við margþætta mismunun þegar þættir eins og kyn, fötlun, þjóðerni, kynhneigð, aldur og búseta fléttast saman (Aðalnámskrá framhaldsskóla 2011: Almennur hluti/2011).
5. Að öðlast þjálfun í gagnrýnni hugsun, sem er lykilþáttur í læsi og sköpun og miklvægt að tileinka sér í lýðræðislegu samfélagi (Aðalnámskrá framhaldsskóla 2011: Almennur hluti/2011).

LENGD

70 MÍNÚTUR

ALDUR

13+

HJÁLPARGÖGN

- Dreifiefni: *Einfölduð útgáfa af Mannréttindayfirlýsingu Sameinuðu þjóðanna*.
- Ítarefni: Myndasagan *Má bjóða þér mannréttindi?* Sem nálgast má á PDF á www.amnesty.is/verkefnakistan (Kennarar geta nálgast kynningareintak hjá Íslandsdeild Amnesty International).
- Ítarefni: *Hvað get ég gert?* – Tillögur þolenda.

- Teiknimyndbönd um mannréttindi og reynslusögur þolenda mannréttindabrota sem nálgast má á youtube-síðu Íslandsdeildar Amnesty International (AmnestyIceland)
- Ítarefni: *Þessara mannréttinda naut ég ekki* – Listi þolenda.

UNDIRBÚNINGUR

- Eintök af dreifiefninu *Einfölduð útgáfa af Mannréttindayfirlýsingu Sameinuðu þjóðanna* prentuð út fyrir þátttakendur.

1. MANNRÉTTINDI, HVAÐ ER NÚ ÞAÐ? (15 MÍNÚTUR)

Í upphafi eru þátttakendur spurðir hvort þeir þekki mannréttindi og þá hvaða réttindi.

Örmyndband um mannréttindi er sýnt og síðan eru þátttakendur beðnir um að svara eftirfarandi spurningum til að rifja upp inntak myndbandsins:

- Hvað er hugtakið mannréttindi gamalt?
- Hvað felst í hugtakinu mannréttindi?
- Hverjir komu að útgáfu Mannréttindayfirlýsingar Sameinuðu þjóðanna og hvenær?

Næst er einfaldaðri útgáfu af Mannréttindayfirlýsingu Sameinuðu þjóðanna dreift til þátttakenda og þeir beðnir að gefa sér nokkrar mínútur til að renna yfir yfirlýsinguna og skoða hvort einhverjar spurningar vakna í kjölfarið.

Allur hópurinn ræðir svo eftirfarandi:

- Vöknuðu einhverjar spurningar við lestur mannréttindayfirlýsingarinnar?
- Hvað lærðir þú af örmyndbandinu?
- Hvað lærðir þú af mannréttindayfirlýsingunni?
- Er eitthvað sem kom þér á óvart í öðru hvoru?

2. SÖGUR AF FÓLKI (25 MÍNÚTUR)

Fimm hópar eru myndaðir. Hver hópur fær úthlutað einu örmyndbandi til að vinna með ásamt því að þátttakendur nýta sitt eintak af mannréttindayfirlýsingunni í þessum hluta.
Hver hópur horfir á sitt myndband og svarar eftirfarandi spurningum:

- Hver voru viðbrögð þín við myndbandinu?
- Er eitthvað sem kom þér á óvart?
- Heldur þú að sagan geti verið sönn? Af hverju? Af hverju ekki?
- Hvaða greinar Mannréttindayfirlýsingar Sameinuðu þjóðanna tengjast sögunni?
- Voru einhverjar greinar mannréttindayfirlýsingarinnar brotnar?

Næst sýnir hver hópur öllum hópnum sitt myndband og kynnir svör sín við spurningunum hér að ofan.
Þegar allir hóparnir hafa sýnt sitt myndband og kynnt sínar niðurstöður er Þátttakendum sagt að allar sögurnar séu sannar og að raddirnar í myndböndunum tilheyri einstaklingunum sem eiga sögurnar.

Að lokum er þátttakendum sýnt hvaða mannréttindi einstaklingarnir sjálfir telja að hafi verið brotin í þeirra tilfelli (sjá fylgiskjöl). Hægt er að varpa upp á skjá eða deila upplýsingum til hópanna.

3. HVAÐ GET ÉG GERT? (15 MÍNÚTUR)

Allir þátttakendur nýta sitt eintak af mannréttindayfirlýsingunni og velta fyrir sér eftirfarandi spurningum í örfáar mínútur:

- Ef þú hugsar um sögurnar fimm, hvaða merkingu leggur þú í 29. grein og 30. grein Mannréttindayfirlýsingar Sameinuðu þjóðanna?
- Er eitthvað sem þú getur gert til að virða og vernda réttindi fólks sem hefur gengið í gegnum það sem fimmmenningarnar hafa upplifað? Ef já, hvað? Ef nei, af hverju ekki?

Allur hópurinn kemur saman og deilir sínum svörum. Kennari skrifar á töflu tillögur úr hópnum. Einnig er tilvalið að varpa upp á skjá þeim tillögum sem einstaklingarnir úr teiknimyndböndunum deildu með okkur í lok hvers myndbands.

4. ÍGRUNDUN (5 MÍNÚTUR)

Að lokum er allur hópurinn beðinn að svara eftirfarandi spurningum:

- Hvað lærðir þú í þessari æfingu?
- Þekkir þú einhvern sem hefur upplifað það sama og einstaklingarnir fimm?
- Er eitthvað sem kom þér á óvart?
- Eru einhverjar spurningar sem vakna eftir að hafa unnið þetta verkefni?

MEIRA! Ef vilji og tími gefst til getur hópurinn nýtt myndböndin til að kynna fyrir skólafélögum, fjölskyldum og vinum. Einnig getur hópurinn gefið sér tíma í eða utan kennslustundar til að kynna sér málefni myndbandanna frekar og skipuleggja viðburð til að styðja enn frekar við bakið á þolendum mannréttindabrota.

AMNESTY INTERNATIONAL

FYLGISKJÖL
EINFÖLDUÐ ÚTGÁFA AF MANNRÉTTINDAYFIRLÝSINGU SAMEINUÐU ÞJÓÐANNA

Mannréttindayfirlýsing Sameinuðu þjóðanna

Borgararéttindi og frelsi

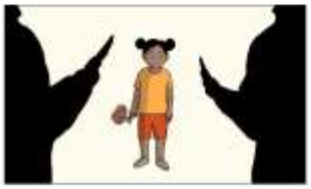
Réttur til lífs, frelsi frá pyndingum og þrældómi, réttur á að sæta ekki mismunun.

1) Allir eru fæddir frjálsir og jafnir
2) Bann við mismunun
3) Réttur til lífs, frelsis og mannhelgi einstaklinga
4) Frelsi frá þrældómi
5) Frelsi frá pyndingum

Lagalegur réttur

Réttur til að teljast saklaus uns sekt er sönnuð, réttur til réttlátrar málsmeðferðar fyrir dómi, réttur til að njóta frelsis frá geðþóttahandtökum eða farbanni.

6) Allir skulu njóta verndar með lögum
7) Allir skulu vera jafnir fyrir lögum
8) Lagaleg úrræði þegar mannréttindi eru brotin
9) Bann við ólögmætu farbanni, fangelsun eða brottvísun
10) Réttur til réttlátrar málsmeðferðar fyrir dómi
11) Saklaus uns sekt er sönnuð
14) Réttur til að fara til annars lands og leita verndar



Félagsleg réttindi

Réttur til menntunar, til að stofna fjölskyldu og annast hana, til tómstundar, réttur á heilsugæslu.

12) Réttur til einkalífs, heimilis og fjölskyldulífs
13) Frelsi til að búa og ferðast hindrunarlaust innan landamæra ríkja
16) Réttur til að ganga í hjónaband og stofna fjölskyldu
24) Réttur til að njóta hvíldar og afþreyingar
26) Réttur til menntunar, þar með talinn réttur til gjaldfrjálsrar grunnmenntunar

Efnahagsleg réttindi

Eignarréttur, réttur til að vinna, til húsnæðis, til lífeyris, til fullnægjandi lífskjara.

15) Réttur til ríkisfangs
17) Réttur til að eiga eignir
22) Réttur á félagslegu öryggi
23) Réttur til að vinna fyrir sanngjörnum launum og ganga í stéttarfélag
25) Réttur til lífskjara sem tryggja heilsu og velferð

Stjórnmálaleg réttindi

Réttur til að taka þátt í stjórn lands síns, greiða atkvæði, koma saman með friðsömum hætti, frelsi til tjáningar, lífsskoðunar og trúarskoðunar.

18) Réttur til lífsskoðunar (þar með talin trúarskoðun)
19) Tjáningarfrelsi og réttur til að miðla upplýsingum
20) Frelsi til að ganga í félagasamtök og halda fundi með friðsömum hætti
21) Réttur til að taka þátt í stjórn lands síns

Menningarleg réttindi, réttindi til samstöðu

Réttur til þess að taka þátt í menningarlífi samfélagsins.

27) Réttur til þess að taka frjálsan þátt í menningarlífi samfélagsins
28) Réttur til alþjóðaskipulags þar sem öll ofangreind réttindi eru framkvæmd
29) Skylda til að virða réttindi annarra
30) Ekki má svipta neinn þessum réttindum

FYLGISKJÖL
HVAÐ GET ÉG GERT – TILLÖGUR ÞOLENDA

Vertu forvitin/nn/ð, gagnrýnin/nn/ð og spurðu spurninga.

Veldu baráttuefni sem er nálægt hjarta þínu og leggðu þitt af mörkum.

Ekki dæma fyrirfram.
Það er alltaf hægt að læra
eitthvað af öðru fólki.

Vertu með opinn huga.
Sýndu auðmýkt og
reyndu alltaf að setja
þig í spor annarra.

FYLGISKJÖL
ÞESSA MANNRÉTTINDA NAUT ÉG EKKI – LISTI ÞOLENDA

EMMA – RÉTTINDI BARNA

MANNRÉTTINDAYFIRLÝSING SAMEINUÐU ÞJÓÐANNA

BORGARARÉTTINDI OG FRELSI Réttur til lífs, frelsi frá pyndingum og þrældómi, réttur á að sæta ekki mismunun.	1. grein	Allir eru fæddir frjálsir og jafnir
	2. grein	Bann við mismunun
	3. grein	Réttur til lífs, frelsis og mannhelgi einstaklinga
	4. grein	Frelsi frá þrældómi
	5. grein	Frelsi frá pyndingum
LAGALEGUR RÉTTUR Réttur til að teljast saklaus uns sekt er sönnuð; réttur til réttlátrar málsmeðferðar fyrir dómi, réttur til að njóta frelsis frá geðþóttahandtökum eða farbanni.	6. grein	Allir skulu njóta verndar með lögum
	7. grein	Allir skulu vera jafnir fyrir lögum
	8. grein	Lagaleg úrræði þegar mannréttindi eru brotin
	9. grein	Bann við ólögmætu farbanni, fangelsun eða brottvísun
	10. grein	Réttur til réttlátrar málsmeðferðar fyrir dómi
	11. grein	Saklaus uns sekt er sönnuð
	14. grein	Réttur til að fara til annars lands og leita verndar
FÉLAGSLEG RÉTTINDI Réttur til menntunar, til að stofna fjölskyldu og annast hana, til tómstundar, réttur á heilsugæslu.	12. grein	Réttur til einkalífs, heimilis og fjölskyldulífs
	13. grein	Frelsi til að búa og ferðast hindrunarlaust innan landamæra ríkja
	16. grein	Réttur til að ganga í hjónaband og stofna fjölskyldu
	24. grein	Réttur til að njóta hvíldar og afþreyingar
	26. grein	Réttur til menntunar, þar með talinn réttur til gjaldfrjálsrar grunnmenntunar
EFNAHAGSLEG RÉTTINDI Eignarréttur, réttur til að vinna, til húsnæðis, til lífeyris, til fullnægjandi lífskjara.	15. grein	Réttur til ríkisfangs
	17. grein	Réttur til að eiga eignir
	22. grein	Réttur á félagslegu öryggi
	23. grein	Réttur til að vinna fyrir sanngjörnum launum og ganga í stéttarfélag
	25. grein	Réttur til lífskjara sem tryggja heilsu og velferð
STJÓRNMÁLALEG RÉTTINDI Réttur til að taka þátt í stjórn lands síns, greiða atkvæði, koma saman með friðsömum hætti, frelsi til tjáningar, lífsskoðunar og trúarskoðunar	18. grein	Réttur til lífsskoðunar (þar með talin trúarskoðun)
	19. grein	Tjáningarfrelsi og réttur til að miðla upplýsingum
	20. grein	Frelsi til að ganga í félagasamtök og halda fundi með friðsömum hætti
	21. grein	Réttur til að taka þátt í stjórn lands síns
MENNINGARLEG RÉTTINDI, RÉTTINDI TIL SAMSTÖÐU Réttur til þess að taka þátt í menningarlífi samfélagsins.	27. grein	Réttur til þess að taka frjálsan þátt í menningarlífi samfélagsins
	28. grein	Réttur til alþjóðaskipulags þar sem öll ofangreind réttindi eru framkvæmd
	29. grein	Skylda til að virða réttindi annarra
	30. grein	Ekki má svipta neinn neinum þessara réttinda!

AMNESTY INTERNATIONAL

FARHAD – TRÚFRELSI, RÉTTINDI FLÓTTAFÓLKS

MANNRÉTTINDAYFIRLÝSING SAMEINUÐU ÞJÓÐANNA

BORGARARÉTTINDI OG FRELSI Réttur til lífs, frelsi frá pyndingum og þrældómi, réttur á að sæta ekki mismunun.	1. grein	Allir eru fæddir frjálsir og jafnir
	2. grein	Bann við mismunun
	3. grein	Réttur til lífs, frelsis og mannhelgi einstaklinga
	4. grein	Frelsi frá þrældómi
	5. grein	Frelsi frá pyndingum
LAGALEGUR RÉTTUR Réttur til að teljast saklaus uns sekt er sönnuð; réttur til réttlátrar málsmeðferðar fyrir dómi, réttur til að njóta frelsis frá geðþóttahandtökum eða farbanni.	6. grein	Allir skulu njóta verndar með lögum
	7. grein	Allir skulu vera jafnir fyrir lögum
	8. grein	Lagaleg úrræði þegar mannréttindi eru brotin
	9. grein	Bann við ólögmætu farbanni, fangelsun eða brottvísun
	10. grein	Réttur til réttlátrar málsmeðferðar fyrir dómi
	11. grein	Saklaus uns sekt er sönnuð
	14. grein	Réttur til að fara til annars lands og leita verndar
FÉLAGSLEG RÉTTINDI Réttur til menntunar, til að stofna fjölskyldu og annast hana, til tómstundar, réttur á heilsugæslu.	12. grein	Réttur til einkalífs, heimilis og fjölskyldulífs
	13. grein	Frelsi til að búa og ferðast hindrunarlaust innan landamæra ríkja
	16. grein	Réttur til að ganga í hjónaband og stofna fjölskyldu
	24. grein	Réttur til að njóta hvíldar og afpreyingar
	26. grein	Réttur til menntunar, þar með talinn réttur til gjaldfrjálsrar grunnmenntunar
EFNAHAGSLEG RÉTTINDI Eignarréttur, réttur til að vinna, til húsnæðis, til lífeyris, til fullnægjandi lífskjara.	15. grein	Réttur til ríkisfangs
	17. grein	Réttur til að eiga eignir
	22. grein	Réttur á félagslegu öryggi
	23. grein	Réttur til að vinna fyrir sanngjörnum launum og ganga í stéttarfélag
	25. grein	Réttur til lífskjara sem tryggja heilsu og velferð
STJÓRNMÁLALEG RÉTTINDI Réttur til að taka þátt í stjórn lands síns, greiða atkvæði, koma saman með friðsömum hætti, frelsi til tjáningar, lífsskoðunar og trúarskoðunar	18. grein	Réttur til lífsskoðunar (þar með talin trúarskoðun)
	19. grein	Tjáningarfrelsi og réttur til að miðla upplýsingum
	20. grein	Frelsi til að ganga í félagasamtök og halda fundi með friðsömum hætti
	21. grein	Réttur til að taka þátt í stjórn lands síns
MENNINGARLEG RÉTTINDI, RÉTTINDI TIL SAMSTÖÐU Réttur til þess að taka þátt í menningarlífi samfélagsins.	27. grein	Réttur til þess að taka frjálsan þátt í menningarlífi samfélagsins
	28. grein	Réttur til alþjóðaskipulags þar sem öll ofangreind réttindi eru framkvæmd
	29. grein	Skylda til að virða réttindi annarra
	30. grein	Ekki má svipta neinn neinum þessara réttinda!

AMNESTY INTERNATIONAL

HRAFNKELL - VINNURÉTTINDI

MANNRÉTTINDAYFIRLÝSING SAMEINUÐU ÞJÓÐANNA

BORGARARÉTTINDI OG FRELSI Réttur til lífs, frelsi frá pyndingum og þrældómi, réttur á að sæta ekki mismunun.	1. grein	Allir eru fæddir frjálsir og jafnir
	2. grein	Bann við mismunun
	3. grein	Réttur til lífs, frelsis og mannhelgi einstaklinga
	4. grein	Frelsi frá þrældómi
	5. grein	Frelsi frá pyndingum
LAGALEGUR RÉTTUR Réttur til að teljast saklaus uns sekt er sönnuð; réttur til réttlátrar málsmeðferðar fyrir dómi, réttur til að njóta frelsis frá geðþóttahandtökum eða farbanni.	6. grein	Allir skulu njóta verndar með lögum
	7. grein	Allir skulu vera jafnir fyrir lögum
	8. grein	Lagaleg úrræði þegar mannréttindi eru brotin
	9. grein	Bann við ólögmætu farbanni, fangelsun eða brottvísun
	10. grein	Réttur til réttlátrar málsmeðferðar fyrir dómi
	11. grein	Saklaus uns sekt er sönnuð
	14. grein	Réttur til að fara til annars lands og leita verndar
FÉLAGSLEG RÉTTINDI Réttur til menntunar, til að stofna fjölskyldu og annast hana, til tómstundar, réttur á heilsugæslu.	12. grein	Réttur til einkalífs, heimilis og fjölskyldulífs
	13. grein	Frelsi til að búa og ferðast hindrunarlaust innan landamæra ríkja
	16. grein	Réttur til að ganga í hjónaband og stofna fjölskyldu
	24. grein	Réttur til að njóta hvíldar og afþreyingar
	26. grein	Réttur til menntunar, þar með talinn réttur til gjaldfrjálsrar grunnmenntunar
EFNAHAGSLEG RÉTTINDI Eignarréttur, réttur til að vinna, til húsnæðis, til lífeyris, til fullnægjandi lífskjara.	15. grein	Réttur til ríkisfangs
	17. grein	Réttur til að eiga eignir
	22. grein	Réttur á félagslegu öryggi
	23. grein	Réttur til að vinna fyrir sanngjörnum launum og ganga í stéttarfélag
	25. grein	Réttur til lífskjara sem tryggja heilsu og velferð
STJÓRNMÁLALEG RÉTTINDI Réttur til að taka þátt í stjórn lands síns, greiða atkvæði, koma saman með friðsömum hætti, frelsi til tjáningar, lífsskoðunar og trúarskoðunar	18. grein	Réttur til lífsskoðunar (þar með talin trúarskoðun)
	19. grein	Tjáningarfrelsi og réttur til að miðla upplýsingum
	20. grein	Frelsi til að ganga í félagasamtök og halda fundi með friðsömum hætti
	21. grein	Réttur til að taka þátt í stjórn lands síns
MENNINGARLEG RÉTTINDI, RÉTTINDI TIL SAMSTÖÐU Réttur til þess að taka þátt í menningarlífi samfélagsins.	27. grein	Réttur til þess að taka frjálsan þátt í menningarlífi samfélagsins
	28. grein	Réttur til alþjóðaskipulags þar sem öll ofangreind réttindi eru framkvæmd
	29. grein	Skylda til að virða réttindi annarra
	30. grein	Ekki má svipta neinn neinum þessara réttinda!

MAGNEA – KYN- OG FRJÓSEMISRÉTTINDI, RÉTTINDI BARNA

MANNRÉTTINDAYFIRLÝSING SAMEINUÐU ÞJÓÐANNA

BORGARARÉTTINDI OG FRELSI Réttur til lífs, frelsi frá pyndingum og þrældómi, réttur á að sæta ekki mismunun.	1. grein	Allir eru fæddir frjálsir og jafnir
	2. grein	Bann við mismunun
	3. grein	Réttur til lífs, frelsis og mannhelgi einstaklinga
	4. grein	Frelsi frá þrældómi
	5. grein	Frelsi frá pyndingum
LAGALEGUR RÉTTUR Réttur til að teljast saklaus uns sekt er sönnuð; réttur til réttlátrar málsmeðferðar fyrir dómi, réttur til að njóta frelsis frá geðþóttahandtökum eða farbanni.	6. grein	Allir skulu njóta verndar með lögum
	7. grein	Allir skulu vera jafnir fyrir lögum
	8. grein	Lagaleg úrræði þegar mannréttindi eru brotin
	9. grein	Bann við ólögmætu farbanni, fangelsun eða brottvísun
	10. grein	Réttur til réttlátrar málsmeðferðar fyrir dómi
	11. grein	Saklaus uns sekt er sönnuð
	14. grein	Réttur til að fara til annars lands og leita verndar
FÉLAGSLEG RÉTTINDI Réttur til menntunar, til að stofna fjölskyldu og annast hana, til tómstundar, réttur á heilsugæslu.	12. grein	Réttur til einkalífs, heimilis og fjölskyldulífs
	13. grein	Frelsi til að búa og ferðast hindrunarlaust innan landamæra ríkja
	16. grein	Réttur til að ganga í hjónaband og stofna fjölskyldu
	24. grein	Réttur til að njóta hvíldar og afþreyingar
	26. grein	Réttur til menntunar, þar með talinn réttur til gjaldfrjálsrar grunnmenntunar
EFNAHAGSLEG RÉTTINDI Eignarréttur, réttur til að vinna, til húsnæðis, til lífeyris, til fullnægjandi lífskjara.	15. grein	Réttur til ríkisfangs
	17. grein	Réttur til að eiga eignir
	22. grein	Réttur á félagslegu öryggi
	23. grein	Réttur til að vinna fyrir sanngjörnum launum og ganga í stéttarfélag
	25. grein	Réttur til lífskjara sem tryggja heilsu og velferð
STJÓRNMÁLALEG RÉTTINDI Réttur til að taka þátt í stjórn lands síns, greiða atkvæði, koma saman með friðsömum hætti, frelsi til tjáningar, lífsskoðunar og trúarskoðunar	18. grein	Réttur til lífsskoðunar (þar með talin trúarskoðun)
	19. grein	Tjáningarfrelsi og réttur til að miðla upplýsingum
	20. grein	Frelsi til að ganga í félagasamtök og halda fundi með friðsömum hætti
	21. grein	Réttur til að taka þátt í stjórn lands síns
MENNINGARLEG RÉTTINDI, RÉTTINDI TIL SAMSTÖÐU Réttur til þess að taka þátt í menningarlífi samfélagsins.	27. grein	Réttur til þess að taka frjálsan þátt í menningarlífi samfélagsins
	28. grein	Réttur til alþjóðaskipulags þar sem öll ofangreind réttindi eru framkvæmd
	29. grein	Skylda til að virða réttindi annarra
	30. grein	Ekki má svipta neinn neinum þessara réttinda!

AMNESTY INTERNATIONAL

SAHRA – KYN- OG FRJÓSEMISRÉTTINDI, RÉTTINDI BARNA

MANNRÉTTINDAYFIRLÝSING SAMEINUÐU ÞJÓÐANNA

BORGARARÉTTINDI OG FRELSI

Réttur til lífs, frelsi frá pyndingum og þrældómi, réttur á að sæta ekki mismunun.

- 1. grein – Allir eru fæddir frjálsir og jafnir
- 2. grein – Bann við mismunun
- 3. grein – Réttur til lífs, frelsis og mannhelgi einstaklinga
- 4. grein – Frelsi frá þrældómi
- 5. grein – Frelsi frá pyndingum

LAGALEGUR RÉTTUR

Réttur til að teljast saklaus uns sekt er sönnuð; réttur til réttlátrar málsmeðferðar fyrir dómi, réttur til að njóta frelsis frá geðþóttahandtökum eða farbanni.

- 6. grein – Allir skulu njóta verndar með lögum
- 7. grein – Allir skulu vera jafnir fyrir lögum
- 8. grein – Lagaleg úrræði þegar mannréttindi eru brotin
- 9. grein – Bann við ólögmætu farbanni, fangelsun eða brottvísun
- 10. grein – Réttur til réttlátrar málsmeðferðar fyrir dómi
- 11. grein – Saklaus uns sekt er sönnuð
- 14. grein – Réttur til að fara til annars lands og leita verndar

FÉLAGSLEG RÉTTINDI

Réttur til menntunar, til að stofna fjölskyldu og annast hana, til tómstundar, réttur á heilsugæslu.

- 12. grein – Réttur til einkalífs, heimilis og fjölskyldulífs
- 13. grein – Frelsi til að búa og ferðast hindrunarlaust innan landamæra ríkja
- 16. grein – Réttur til að ganga í hjónaband og stofna fjölskyldu
- 24. grein – Réttur til að njóta hvíldar og afþreyingar
- 26. grein – Réttur til menntunar, þar með talinn réttur til gjaldfrjálsrar grunnmenntunar

EFNAHAGSLEG RÉTTINDI

Eignarréttur, réttur til að vinna, til húsnæðis, til lífeyris, til fullnægjandi lífskjara.

- 15. grein – Réttur til ríkisfangs
- 17. grein – Réttur til að eiga eignir
- 22. grein – Réttur á félagslegu öryggi
- 23. grein – Réttur til að vinna fyrir sanngjörnum launum og ganga í stéttarfélag
- 25. grein – Réttur til lífskjara sem tryggja heilsu og velferð

STJÓRNMÁLALEG RÉTTINDI

Réttur til að taka þátt í stjórn lands síns, greiða atkvæði, koma saman með friðsömum hætti, frelsi til tjáningar, lífsskoðunar og trúarskoðunar

- 18. grein – Réttur til lífsskoðunar (þar með talin trúarskoðun)
- 19. grein – Tjáningarfrelsi og réttur til að miðla upplýsingum
- 20. grein – Frelsi til að ganga í félagasamtök og halda fundi með friðsömum hætti
- 21. grein – Réttur til að taka þátt í stjórn lands síns

MENNINGARLEG RÉTTINDI, RÉTTINDI TIL SAMSTÖÐU

Réttur til þess að taka þátt í menningarlífi samfélagsins.

- 27. grein – Réttur til þess að taka frjálsan þátt í menningarlífi samfélagsins
- 28. grein – Réttur til alþjóðaskipulags þar sem öll ofangreind réttindi eru framkvæmd
- 29. grein – Skylda til að virða réttindi annarra
- 30. grein – Ekki má svipta neinn neinum þessara réttinda!