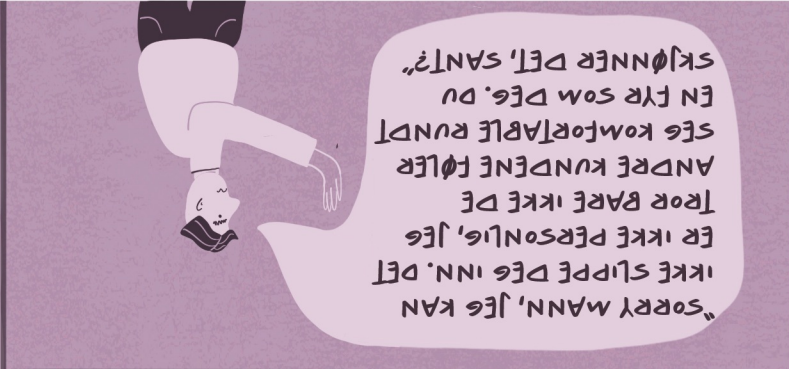


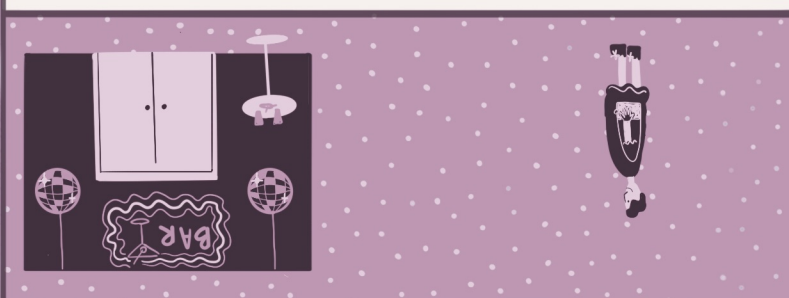
Etterpå går tilskuerne bort til kim:



To andre kunder ser hva som skjer og bestemmer seg for å filme det diskret



Mens hen står i kø, kommer en av de ansatte bort:



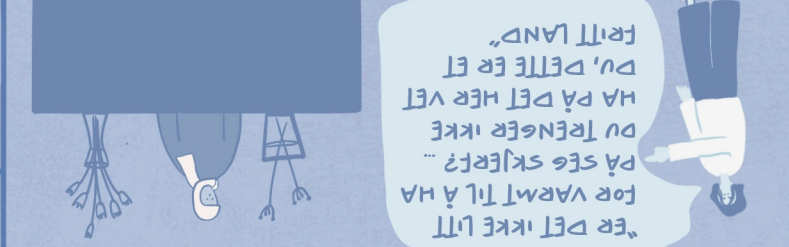
Kim er ute på byen, hen har gledet seg til helgen



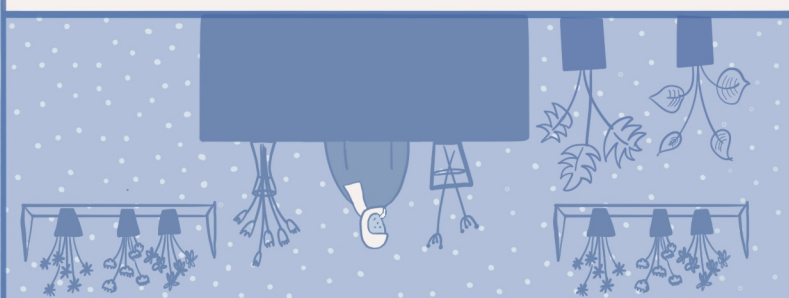
Den som trakasserer drar, og tilskueren følger opp med jasmín



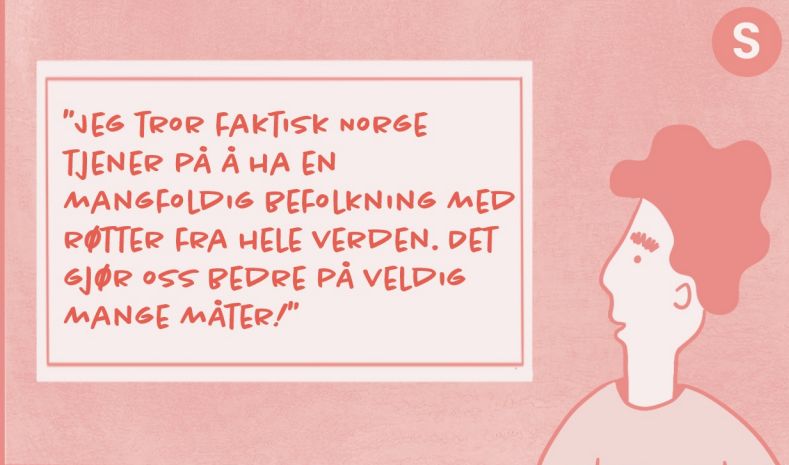
Hun ser at jasmín er lamslått og bestemmer seg for å si ifra



En kunde kommer bort til henne og slår av en "spøk"



En tilskuer leser dette og bestemmer seg for å svare i tråden, ikke direkte til den som trakasserte

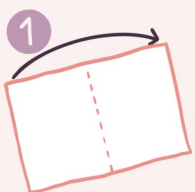


Han rapporterer også kommentaren på nett og tipser politiet. Kommentaren fjernes og den som trakasserte får bot.

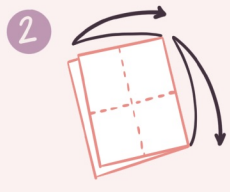


Lag håndboken din

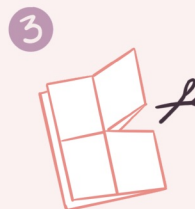
Print denne filen dobbelsidig i A3 størrelse



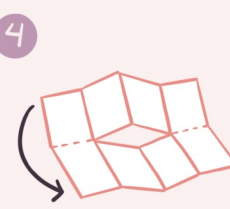
Brett papiret



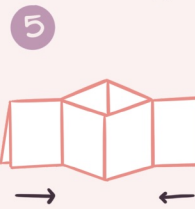
Brett det 2 ganger til



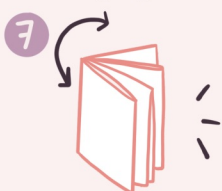
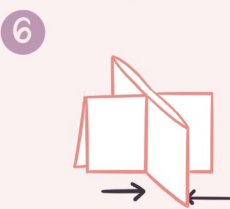
Åpne opp. Klipp langs brettekanten, stopp halvveis



Åpne, brett deretter på langsiden



Skyv begge sidene innover for å lage en X. Lukk og lag boken din



Stilhet sårer

Hvordan du kan gripe inn når du er vitne til hets og hatprat. En praktisk guide.



Si noe



Overvåk



Spør om hjelp

Inni her finner du tre historier om hvordan tilskuere har grepet inn i forskjellige situasjoner. Hva ville du gjort?

Amari er en aktiv samfunnsdebattant og skriver en ukentlig politisk spalte i sin lokalavis



Noen legger ut en av spaltene hans i en lukket gruppe på sosiale medier med rundt 20 000 medlemmer



De skriver en hatefull kommentar ved siden av



Stilhet sårer

SOS-metoden for tilskuerintervensjon

De fleste i Norge gjør ingenting når de er vitne til hets og hatprat. Det er på tide å bryte stillheten!

Skann QR-koden for å lære mer



Hvordan vi griper inn ser ulikt ut for alle, gjør det du er komfortabel med og trygg i. Det er mye du kan gjøre, også uten å si ifra direkte til den som trakasserer.



Si noe



Til personen som blir utsatt for hets:

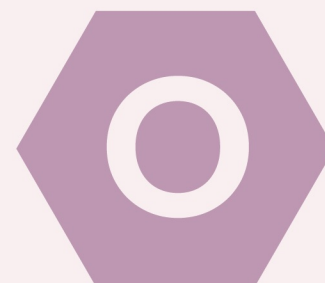
- Går det bra med deg?
- Trenger du hjelp?
- Skal vi få deg vekk herfra?
- Jeg er lei meg for at det skjedde med deg

Til personen som utfører trakasseringen:

- Det der er ikke greit
- Nå holder det, jeg synes du skal la dem være i fred
- Den måten å snakke på passer seg ikke her
- Kanskje du ikke skjønner hvordan ordene dine påvirker andre, men dette er ikke greit fordi ...
- Det du sier er ikke sant. Her er en av mange kilder som beviser det: ...

Skap en distraksjon:

- Unnskyld meg, hva er veien til...?
- Lat som om du snubler og trenger hjelp
- Poste positive kommentarer for å drukne de negative



Overvåk



- Ta bilde-, lyd- eller videoopptak. Du har lov til å gjøre det så lenge du ikke gjør det på en plagsom måte, og bare deler det med personen som opplevde trakasseringen eller med myndighetene.
- Skriv ned hvem som sier hva, klokkeslett og annen viktig informasjon
- Ta skjermbilder eller -film

Husk: Gi informasjonen videre til personer utsatt for hets sammen med din egen kontaktinformasjon, eller rapporter det



Spør om hjelp



- Spør om andre tilskuere kan si noe: Det ser ut som den personen trenger hjelp, men jeg tør ikke si noe - kan du hjelpe dem?
- Gå sammen med andre for å si noe: Det ser ut som den personen trenger hjelp, kunne du gjort det sammen med meg?
- Si fra om det som skjer til en du stoler på som kan ta det videre, f.eks. en lærer, bussjåfør, butikkansatt, kollega, eller politiet
- Rapportert hendelsen til platformen du er på
- Gå sammen med andre for å støtte personen som er utsatt for trakassering
- Meld fra til politiet eller Ligestillings- og diskrimineringsombudet (LDO)
- Få hjelp av veiledere, f.eks på ung.no eller slettmeg.no