



Tryghed i valgkampen

Forebyggelse og håndtering af chikane
og trusler mod opstillede kandidater

Kommunal- og regionsrådsvalg 2025

Indhold

Forord	3
Hvad kan du møde i valgkampen, og hvordan kan du forberede dig?	4
Valgkamp på sociale medier	6
Valgkamp i det fysiske rum	8
Læs mere om hvordan du får en tryk valgkamp	9

Forord

Kære kandidat

Tak fordi du enten overvejer eller allerede har taget beslutningen om at stille op til kommunal- og regionsrådsvalget. Det er afgørende for vores demokrati, at engagerede borgere gerne vil tage ansvar og gøre en forskel på vegne af fællesskabet.

Langt de fleste lokalpolitikere oplever det som både spændende og meningsfyldt at være folkevalgt. Men vi ved også, at det at stille op til valg desværre kan føre til ubehagelige oplevelser som chikane, trusler og hærværk. Ved sidste kommunal- og regionsrådsvalg oplevede knap halvdelen af de opstillede kandidater chikane m.m.

Det er vigtigt at vide, hvordan man kan forberede sig og håndtere det, hvis man bliver udsat for noget ubehageligt i forbindelse med valgkampen. Derfor har vi lavet denne korte vejledning, hvor de vigtigste råd er samlet, så du kan danne dig et overblik over, hvordan du som opstillet kandidat kan forberede dig og handle, hvis det bliver nødvendigt. Vejledningens fokus er såvel på forebyggelse og håndtering af chikane m.m. på sociale medier som i det fysiske rum i forbindelse med valgkampen.

Denne vejledning er et tillæg til den mere omfattende vejledning 'Chikane, trusler, hærværk eller vold – vejledning til forebyggelse og håndtering', som du også kan læse, hvis du ønsker mere viden (se link sidst i vejledningen). Vi håber du med denne vejledning får nogle værktøjer, så du trygt kan fokusere på din valgkamp.

God valgkamp.

Med venlig hilsen

Sophie Løhde, indenrigs- og sundhedsminister

Caroline Stage, digitaliseringsminister

Torsten Schack Pedersen,
minister for samfundssikkerhed og beredskab

Martin Damm, formand for KL

Anders Kühnau, formand for Danske Regioner

Hvad kan du møde i valgkampen, og hvordan kan du forberede dig?

Forskellige former for chikane m.m. mod kandidater

Ved sidste kommunalvalg blev 45 pct. af de opstillede kandidater udsat for en eller flere former for chikane, trusler eller hærverk¹. Det kom til udtryk som personlige angreb, truende beskeder og uønskede henvendelser på sociale medier samt hærverk på valgplakater og falsk rygtespredning². Chikane, trusler og hærverk forekommer dermed desværre i stort omfang, mens truslerne heldigvis sjældent føres ud i livet.

Oftest vil chikane m.m. komme fra borgere, som du ikke kender, men det kan også komme fra andre politikere, som du kender³. Du kan som opstillet kandidat dermed også være med til at præge debatklimaet og valgkampen ved selv at gå forrest og holde den gode tone, selvom du alene ikke har ansvaret for det gode debatklima.

1. Institut for menneskerettigheder: Chikane og trusler i lokalpolitik, 2022.
2. Ibid.
3. Ibid.

Gode råd til din forberedelse til valgkampen

Du kan selv gøre noget for at passe på dig selv gennem valgkampen. Det kan du gøre ved at iværksætte forebyggende foranstaltninger og sætte dig ind i, hvordan du kan forholde dig, hvis du skulle komme i en ubehagelig situation. Her er et par håndgribelige og konkrete råd:

- **Vær mentalt forberedt på at chikane, trusler, hærverk og vold kan forekomme**
Det bedste forsvar mod chikane m.m., er at være forberedt på, at det kan ske. Det kan nemlig være svært at vurdere, hvad man er udsat for, når man står i situationen. Det kan derfor være en god hjælp at have sat sig ind i definitionerne af chikane m.m., så det er lettere at identificere og handle på, når man står i det.
- **Tag stilling til hvor din grænse går, og hvordan du vil skærme din familie/dine nærmeste**
Inden du for alvor går ind i valgkampen, kan du overveje, hvad du vil gå med til som en del af valgkampen, og hvor din grænse skal gå både til fysiske arrangementer og på sociale medier. Du kan også overveje, hvor meget du vil dele fra dit privatliv, og i hvilket omfang din familie eller dine nærmeste skal indgå som del af din valgkamp. Overvej også om du vil tage en forberedende snak med dine nærmeste, hvis du eller de skulle blive udsat for noget ubehageligt i forbindelse med din valgkamp.
- **Vid hvem du kan kontakte, hvis du bliver udsat for noget ubehageligt**
I en akut situation skal du kontakte 112. I ikke-akutte tilfælde kan du altid henvende dig til dit lokale politi eller ringe til politiets servicecenter på 114, som kan hjælpe dig med at vurdere, det du har været udsat for, og hvordan du kan handle. Politiet har flere forskellige muligheder for at handle på det, du har været udsat for. De kan fx give et tilhold eller tage en forebyg-

gende samtale med en person, som bevæger sig på kanten af at begå et strafbart forhold. En sådan samtale kan til tider få chikane og trusler til at forstumme. Hvis det ikke gør, skal du kontakte politiet på ny. I alle politikredse findes der en kontaktordning med en særlig dedikeret medarbejder, der varetager dialogen med kommunal- og regionsrådspolitikere vedrørende sager om chikane, trusler og utryghedsskabende hændelser. Ordningen dækker generel vejledning og mere specifik rådgivning af medlemmer af regionsråd og kommunalbestyrelser samt deres pårørende, hvis de fx oplever chikane, trusler eller har behov for at drøfte bekymringer. Kontaktordningen igangsættes i efteråret 2025 op til kommunal- og regionsrådsvalget.

- **Vær opmærksom på at dokumentere chikane m.m.**

Du kan med fordel skrive ned, af hvem, hvor og hvornår du er blevet kontaktet, og hvad henvendelserne er gået på, hvis du udsættes for chikane m.m.. Har der været vidner til det du er blevet udsat for, er det en god idé at få vidnernes navne og telefonnumre. Har du modtaget beskeder på sociale medier, breve, gaver, e-mails, telefonbeskeder og sms'er, skal du gemme dem. Oplysningerne kan indgå i politiets vurdering af sagen.

- **Sørg for at have en fortrolig at kunne tale med**

Det kan være en hård belastning for dig og din familie eller dine nærmeste, hvis du udsættes for chikane, trusler, hærværk eller vold som del af valgkampen. Hvordan man reagerer psykisk eller fysisk på at blive udsat for chikane, trusler, hærværk eller vold er forskelligt fra person til person. Det er normalt at blive påvirket. Det kan fx være en reaktion at trække sig fra den politiske debat for at beskytte sig selv, opleve at sove dårligt om natten eller at blive ængstelig, opfarende eller vred. Hvis du kan mærke, at du bliver påvirket af det, som du er blevet udsat for, så lav en aftale med en du er fortrolig med, om at du altid må ringe og tale tingene igennem.

Definitioner af chikane, trusler, hærværk og vold

Med inspiration fra Arbejdstilsynet, Center for Stalking, politiet og straffeloven kan definitionerne sammenfattes således:

- Chikane er påtrængende eller krænkende adfærd. Det kan fx være chikanerende beskeder på sociale medier, e-mails, sms'er og telefonopkald, pakker/gaver med ubehageligt indhold, misbrug af navn og falsk rygtespredning, som har til hensigt at ødelægge dit omdømme. Stalking er når en person systematisk og vedvarende kontakter, forfølger eller på anden måde chikanerer dig.
- Seksuel chikane kan være i form af mimik og/eller gestikulation, skriftlige og/eller mundtlige kommentarer eller berøringer.
- Trusler er adfærd eller ytringer, som kan fremkalde alvorlig frygt for eget eller andres liv, helbred eller velfærd. Det kan fx være trusler mod dig selv eller din familie/dine nærmeste.
- Hærværk er ødelæggelse, beskadigelse eller bortfjernelse af dine eller din families/dine nærmestes ting. Det kan fx være hærværk på valgplakater, personlige ejendele, postkasser, huse og biler.
- Vold er fx spyt, bid, skub, spark, slag, benspænd, fastholdelse eller kast med genstande. Vold nævnes i denne vejledning, fordi valgte lokalpolitikere desværre i sjældne tilfælde oplever dette.

Valgkamp på sociale medier

Som opstillet kandidat kan aktivitet på sociale medier være en god måde at komme ud til mange vælgere med dine budskaber under valgkampen. På sociale medier kan vælgerne lære dig at kende som opstillet kandidat, og hvad du går til valg på. Vælgerne får også mulighed for at tilkendegive deres holdninger til dine synspunkter, og på den måde kan I få startet en meningsfuld debat.

Det er dog ikke alle, som tilkendegiver deres holdninger på en høflig eller konstruktiv måde på sociale medier. Du kan opleve at få negative kommentarer, og de kan også ligefrem være hadefulde, chikanerende og truende. Som opstillet kandidat skal man kunne tolerere negative kommentarer om sine politiske synspunkter, men hadefulde, diskriminerende, sexistiske, chikanerende og truende beskeder er aldrig i orden og skal ikke accepteres.

Du kan som opstillet kandidat selv tage nogle forholdsregler, når du indgår i debatten på sociale medier. Det drejer sig om:

- **Opret professionelle profiler på sociale medier og hav styr på sikkerheden**
En professionel profil er en særskilt profil til offentlige personer, som du kan bruge til at dele budskaber og aktiviteter relateret til dit politiske arbejde. En professionel profil opretter du direkte på de sociale mediers egne platformsider, hvor du følger vejledningen til at oprette en ny konto eller side til offentlig brug. Ved at oprette professionelle profiler kan du lettere styre, hvilken privatinformation du deler om dig selv, og du har mulighed for at administrere og beskytte profilerne, hvis andre senere skal være med til at administrere dem.
- **Gennemgå indstillingerne på dine sociale medier og hav styr på sikkerheden**
Tag dig tid til at gennemgå privatlivsindstillingerne på alle dine sociale medieprofiler og lær, hvordan du kan styre, hvem der kan kontakte dig og kommentere på dine opslag. Sørg også for sikkerheden på dine sociale medieprofiler ved at bruge lange unikke passwords og multifaktorgodkendelse. På sikkerdigital.dk kan du få hjælp til at indstille dine sociale medier.
- **Tag stilling til hvor din grænse går**
For du går aktivt ind i debatten på sociale medier, er det godt at tænke over, hvad du vil dele, og hvad du vil acceptere af kommentarer og adfærd. Det gør det muligt for dig at reagere hurtigt og konsekvent, hvis situationen opstår. Du kan også overveje at dele dine principper offentligt, så dine følgere ved, hvilken tone du som vært forventer i debatten. Du kan også overveje om opslag om familie, børn eller personlige forhold kan bruges imod dig eller dine nærmeste. Husk at alt hvad du deler online kan videredeles og senere være svært at fjerne igen.
- **Skab den gode tone i debatten**
Undersøgelser har vist, at hvis politikere lægger op til en hård tone i opslag, så afføder det også et hårdere sprog i kommentarsporet. Hold derfor en god og saglig tone, anerkend valid kritik, og vis at man godt kan være uenig uden at blive personlig.



- **Moderer debatten – det virker**

Når had og hård tone får lov at stå i et kommentarspor, kan det opildne og afspore debatten. Det er derfor en god idé at moderere debatten ved at slette eller kommentere på kommentarer, der er hadefulde, irrelevante eller spam. Du kan også like og svare på gode indspark for at opmuntre til mere konstruktiv dialog. Husk at du har mulighed for at lukke for et kommentarspor, hvis debatten stikker af, eller hvis der er tale om et særligt sensitivt emne, som du ikke ønsker kommentarer på.

- **Vær opmærksom på mis- og desinformation i debatten**

I debatten på sociale medier cirkulerer forkerte oplysninger – både uforvarende (misinformation) og med vilje (desinformation). Hvis du opdager, at du har delt forkert information, så ret det med det samme og vær åben om fejlen. Informér andre kandidater, partier og relevante myndigheder i fortrolighed, hvis du har mistanke om datalæk, forsøg på hacking eller koordinerede påvirkningsangreb.

- **Kend dine rettigheder og anmeld had og krænkelse**

Når du oplever ting som bryder med de sociale mediers egne regler, eller hvis du mener, at indhold er ulovligt fx hadtale eller digitale krænkelse, så kan du anmelde det direkte til platformen. Hvis du oplever noget, som er ulovligt, så husk at dokumentere det ved at tage screenshots og anmeld det til politiet. Når det sociale medie har behandlet din anmeldelse, skal de bl.a. oplyse dig om din videre mulighed for at klage over deres beslutning. Behandler det sociale medie ikke din klage, eller fjerner det ulovlige indhold, kan du klage til Digitaliseringsstyrelsen. Du kan også finde en guide på sikkerdigital.dk til, hvad du skal gøre, og hvem du skal kontakte hos de sociale medier, hvis din konto er blevet hacket. Find begge links nederst i vejledningen.

Tjek, før du deler

Med inspiration fra faktatjekmediet TjekDet kommer her tre gode råd, som du kan bruge, før du videredeler information online.

Hvad får historien dig til at føle?

Afsendere af såkaldt desinformation benytter sig ofte af særlige teknikker til at vække din opmærksomhed og få dig til at sprede budskabet. Vær derfor opmærksom på sensationelle historier eller historier som vækker særligt stærke følelser eller fremprovokerer en voldsom reaktion.

Hvem står bag?

Tjek altid kilden bag historien og om der er tale om en autentisk profil, før du deler. Ukorrekte oplysninger spredes bevidst på sociale medier af bl.a. fremmede stater for at skabe splid og polarisering i debatten. Det kan fx være via såkaldte bots, eller netværk af profiler som efterligner andre personer eller nyhedsmedier.

Hvad skriver andre kilder?

Opsøg andre troværdige kilder for at få bekræftet informationen, inden du deler den. På tjekdet.dk kan du holde dig opdateret med hvilke falske historier, som er i omløb.

Valgkamp i det fysiske rum

Politik handler om holdninger. Når du har tilkendegivet, at du stiller op til valg, bliver du en 'offentlig' person, som borgerne kan komme til at have en holdning til. Du kan derfor komme til at møde borgernes tilkendegivelser i formelle og uformelle sammenhænge, hvor du er mere eller mindre forberedt på det. Langt de fleste møder med dine medborgere vil være konstruktive og givende, mens enkelte møder kan være ubehagelige.

Hvis du stiller op for første gang for et parti, som allerede har plads i kommunalbestyrelsen eller regionsrådet, kan du fx blive konfronteret med tidligere beslutninger, som borgerne nu opfatter dig som repræsentant for. Det kan derfor være en god idé at sætte dig ind i historikken i kommunalbestyrelsen og regionsrådet – uden at du dog skal vide det hele – og hvordan du kort kan svare for dig. Enten hvis det er noget du vil drøfte, eller hvis du gerne vil afvæbne en evt. diskussion.

For at forberede dig bedst på at forebygge og håndtere chikane, trusler, hærværk og vold kan du overveje følgende:

- **Før valgkamp sammen med andre**

Hvis du har planer om at stemme dørklokker eller dele valgmateriale ud i dit lokalmiljø, så overvej at gøre det sammen med andre. Du ved ikke nødvendigvis, hvem du banker på hos, og om de ser det som en anledning til at komme af med deres frustrationer. Hvis du tager ud og stemmer dørklokker alene, så lad andre vide, hvor du er, tag en opladet telefon med, og vurder om det er sikkert at gå indenfor, hvis du bliver inviteret.

- **Forbered jer på tværs af partier til politiske arrangementer under valgkampen**

Kandidater er både modstandere og kolleger. Når du deltager i politiske debatarrangementer, kan det være en god idé, at I som kandidater passer på hinanden – også selvom I er politiske modstandere. I kan fx på forhånd overveje, om I skal have tilmelding til arrangementerne, så I har mulighed for at forberede jer på, hvem der deltager samt drøfte, hvordan I hjælper hinanden med at holde og insistere på den gode tone. Det kan også give tryghed, at I sammen går ud til bilen eller cyklen efterfølgende og kan hjælpe hinanden, hvis der skulle opstå en ubehagelig situation.

- **Sørg for at din bopæl er en tryk base, hvor du kan lade op**

Valgkampen er en spændende og hektisk tid, hvor du kan have behov for at kunne trække dig og lade op. Overvej derfor om du skal sætte nogle grænser for dig selv for hvor meget du vil være tilgængelig for politisk debat på sociale medier, når du er hjemme, eller om du kan tage pauser, hvor du ikke skal forholde dig til det, der foregår. Hvis borgere banker på din dør og gerne vil drøfte politik, skal du ikke føle dig forpligtet til at tage dialogen. Du kan træde udenfor og sige til vedkommende, at I kan aftale et andet tidspunkt, hvor I mødes på et offentligt sted, hvis du ønsker at tage dialogen.

- **Meld hærværk til politiet**

Som opstillet kandidat kan du opleve hærværk på dine ejendele eller på dine valgplakater. Hærværk bør meldes til politiet, og du kan også læse mere om, hvordan du kan sikre din bolig. Find vejledningen i linket nedenfor.

Sidst men ikke mindst er det vigtigt at understrege, at langt de fleste mennesker opfører sig ordentligt og også opfatter en valgkamp som en spændende tid med mulighed for givende meningsudvekslinger og også gerne vil hjælpe med at afvise krænkende adfærd. Så sig fra og bed om hjælp. Det hjælper at skabe et respektfuldt politisk klima om valgets kandidater.

Læs mere om hvordan du får en tryk valgkamp

Om omfanget af chikane m.m. i lokalpolitik:

- [Chikane og trusler i lokalpolitik, Institut for menneskerettigheder, 2022](#)

Vejledning om chikane:

- [Vejledning om forebyggelse og håndtering af chikane, trusler, hærværk og vold, Indenrigs- og sundhedsministeriet, Danske Regioner, PET og KL](#)

Vejledning til at sikre din bolig:

- [Undgå indbrud i din bolig – Det Kriminalpræventive råd](#)

Vejledninger til at begå dig online i valgkampen:

- [Er din profil på et socialt medie blevet hacket?](#)
- [Guides: Sikkerhed på sociale medier](#)
- [Kend dine rettigheder – sådan klager du over en formidlingstjeneste fx et socialt medie](#)

Tryghed i valgkampen – Forebyggelse og håndtering af chikane og trusler mod opstillede kandidater

© Indenrigs- og Sundhedsministeriet, Digitaliseringsministeriet, Ministeriet for Samfundssikkerhed og Beredskab, KL og Danske Regioner
1. udgave, 1. oplag, september 2025

Produktion: Kommuneforlaget A/S

Produktionsnr. 831069