

# EN STÖRRE DEMOKRATI



INSIKTER FRÅN TOPPMÖTET 2026



BONNIERS  
FAMILJESTIFTELSE



Medfinansieras av  
Europeiska unionen



## OM YOUTH 2030 MOVEMENT

**Youth 2030 Movement** är en rörelse av demokratiexperter, unga ledare, barnrättskämpar och allierade vuxna. Rörelsen bildades som ett svar på det ökade utanförskapet och polariseringen i samhället, där bara en av tre unga har en positiv syn på framtiden för Sverige som land att leva i och en av tio unga upplever att de har möjligheten att påverka lokalt.

Vi tycker att allas röster ska räknas och ser unga som viktiga samhällsaktörer med värdefulla erfarenheter, perspektiv och intressen. När unga får vara en del av demokratin leder det till bättre beslut, ett mer jämlikt samhälle och en starkare demokrati.

Vi jobbar därför med unga och makthavare över hela Sverige för att säkerställa att ungas röster hörs. Vi ger unga möjligheten att dela med sig av sina åsikter och beslutsfattarna får chansen att lära sig att bli bättre på att beakta vad unga faktiskt tycker och tänker.

Demokrati får aldrig tas för givet och därför jobbar vi för en demokrati där alla har makt oavsett ålder. Ett samhälle där ungas engagemang fångas upp och ges plats. En samtid där unga och beslutsfattare tillsammans bygger den demokrati vi alla vill leva i.

## TOPPMÖTET 2026

Den 20 maj 2026 samlades 60 unga från hela Sverige i Stockholm för Youth 2030 Movements årliga nationella Toppmöte mellan unga och beslutsfattare. Från Lycksele i norr till Malmö i söder reste ungdomar med erfarenheter och insikter, men framförallt med en gemensam vilja av att förändra. Med sig i rummet hade de 25 nationella beslutsfattare från hela Sverige.

Toppmötet är inte en konferens där beslutsfattare presenterar vad de redan gjort. Det är ett tillfälle för unga att ställa krav på vad som måste göras härnäst. Distinktionen är viktig, eftersom tankesättet präglade hela mötet.

Programmet varvade tal och panelsamtal med workshopsessioner där unga och beslutsfattare satt vid samma bord på lika villkor. Formatet är medvetet utformat för att utjämna maktförhållanden: när unga och vuxna möts på lika villkor, med respekt för varandras perspektiv och med ett gemensamt uppdrag att hitta lösningar, händer saker som inte sker i vanliga politiska möten.

***Efter Toppmötet känner jag också att unga borde få större plats i samhället och i politiken. Innan tänkte jag typ inte lika mycket på hur mycket beslut påverkar unga, men nu känns det mer viktigt eftersom det faktiskt handlar om vår framtid.***  
***– Ung deltagare, Toppmötet 2026***

Årets Toppmöte samlade unga från hela Sverige med olika erfarenheter och perspektiv. Inom ramen för dessa breda samtal riktades ett särskilt fokus mot tre grupper av unga som alltför sällan hörs i de rum där beslut fattas: unga med funktionsnedsättning, unga utan rösträtt och unga som växer upp på landsbygden.

## Tack till projektets finansiärer!



**BONNIERS  
FAMILJESTIFTELSE**



**Medfinansieras av  
Europeiska unionen**

# Unga vill ha inflytande på riktigt!

Ett återkommande tema under workshopen var att unga ofta upplever att de demokratiska sammanhang de tillåts delta i, sällan leder till att de får påverka besluten. Flera deltagare beskrev en känsla av att unga får vara med i rummet men inte får vara med och bestämma, vilket sammanfattade upplevelsen av att bli inbjuden till dialog men att deras röster inte nödvändigtvis togs i beaktning.

**Många unga engagerar sig långt innan de fyller 18 år – genom elevråd, ungdomsorganisationer, opinionsbildning och samhällsdebatt. Flera deltagare betonade att åsikter inte blir mindre viktiga på grund av ålder.**

Diskussionerna kretsade därför inte främst kring ungas vilja att delta, utan kring vilka möjligheter som faktiskt finns att påverka. Flera unga beskrev att de upplever att politiker och vuxna ofta underskattar deras kunskap och förståelse för samhällsfrågor. Samtidigt lyftes att unga ofta bidrar med andra perspektiv och erfarenheter som saknas i traditionella beslutsprocesser.

***Demokrati handlar inte bara om rätten att göra sin röst hörd vart fjärde år. Det handlar om känslan av att ens röst faktiskt betyder något. Och den känslan är inte självklar för alla.***

**– Ung deltagare, Toppmötet**

Frågan om sänkt rösträttsålder återkom i flera grupper. Många deltagare lyfte möjligheten att införa rösträtt från 16 års ålder i lokala och regionala val som ett sätt att stärka ungas demokratiska deltagande, samtidigt som reformen inte går för fort fram. Resonemanget handlade inte enbart om representation, utan också om långsiktigt demokratiskt engagemang.

***Det ska inte vara så att vissa unga måste springa dubbelt så snabbt, bara för att nå samma plats som andra.***

**– Ung deltagare, Toppmötet**

Samtidigt betonade deltagarna att rösträtt i sig inte är tillräckligt. Flera beskrev en frustration över att många former av ungdomsinflytande upplevs som symboliska snarare än beslutspåverkande. Ungdomsråd, elevråd och dialogforum kan skapa viktiga möten mellan unga och beslutsfattare, men endast om det finns tydliga mandat, återkoppling och en politisk vilja att lyssna.

Flera deltagare återkom till vikten av återkoppling. Att få uttrycka sin åsikt utan att veta vad som händer efteråt riskerar att skapa uppgivenhet snarare än engagemang. Några beskrev hur unga ibland upplever att politiker främst närvarar för att "ta en bild", snarare än för att föra dialog eller förändra något. Samtalen visade tydligt att unga inte efterfrågar symboliskt deltagande. De efterfrågar verkligt inflytande och en vuxen tilltro till deras engagemang, kunskap och förmåga.

Demokratiutredningen (SOU 2016:5) rekommenderade redan för tio år sedan att Sverige bör sänka rösträttsåldern till 16 år. Dessutom har myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor, MUCF, vid upprepade tillfällen förespråkat en pilotverksamhet i kommunala val. Under 2025 motionerade 25 riksdagsledamöter med olika partitillhörigheter i frågan.

***Ska vi lyckas engagera unga gäller det att vi har ett löfte om framtiden till den unga generationen.***

**– Riksdagsledamot, Toppmötet**

Forskningen från länder som genomfört reformen ger ett entydigt besked: en sänkt rösträttsålder till 16 år ökar valdeltagandet bland unga, och effekten håller i sig. Unga som röstar för första gången vid 16, när de fortfarande bor hemma, går i skolan och har ett naturligt stödsystem runt sig, tenderar att fortsätta rösta livet ut i betydligt högre utsträckning än de som röstar för första gången vid 18.

Dessutom har forskning på 16-åringar från Skottland visat att de ungas självförtroende ökade när de fick

möjligheten att rösta, vilket även stärkte deras tilltro till både sig själva och sina jämnåriga. Detta tros vara en direkt effekt av själva röstandet, en handling som fick ungdomarna att känna sig delaktiga och tagna på allvar.

MUCF har konstaterat att det finns stora skillnader mellan kommuner i hur arbetet med ungdomsinflytande bedrivs. Vissa kommuner har etablerade strukturer med ungdomsråd, kontinuerliga dialoger och tydliga kontaktvägar till beslutsfattare, medan andra saknar långsiktiga arbetsätt eller når en mycket begränsad grupp unga. Här krävs incitament och nationella riktlinjer samt stödfunktioner för kommuner, ofta på landsbygden, där behovet av att stärka ungas lokala inflytande är särskilt avgörande för att göra kommunen till en attraktiv plats för unga att bo och leva på.

***31 länder i världen tillåter i dag 16-åringar att rösta i nationella eller lokala val. I Europa är Storbritannien, Österrike, Malta, Belgien, Estland, Cypern och Tyskland bland de länder som tagit steget till att göra demokratin mer omfattande genom en sänkt rösträttsålder.***

## YOUTH 2030 FÖRESLÅR

- **Inrätta en testverksamhet för en sänkt rösträttsålder till 16 år i särskilt utvalda kommuner**
- **Införa ett statsbidrag för kommuner och regioners arbete med barn och ungas inflytande och delaktighet**

# Strukturer och vuxnas attityder avgör om unga får inflytande

Ytterligare en tydlig slutsats från workshopen var att ungas möjlighet till inflytande i stor utsträckning påverkas av vuxnas attityder och hur demokratiska strukturer är utformade.

Flera deltagare beskrev att unga ofta möts av låga förväntningar eller antaganden om att de inte förstår politik och samhällsfrågor. Diskussionerna berörde det som flera kallade för en åldersmaktsordning – där vuxnas perspektiv automatiskt ges större legitimitet än ungas.

***Många unga känner att vi måste kämpa dubbelt för att bli lyssnade på. Vi får höra att vi är framtiden, men när vi väl säger vad vi tycker får vi höra att vi är för unga, för känsliga eller för oerfarna.***  
– Ung deltagare, Toppmötet

Deltagarna menade att detta påverkar hur unga blir lyssnade på, vilka frågor som prioriteras och vilka som får ta plats i beslutsprocesser. Flera lyfte att fokus alltför ofta hamnar på att någon är "ung", snarare än på innehållet i det som sägs.

Många samtal handlade också om de formella forum som finns för ungas inflytande, exempelvis ungdomsråd, ungdomsfullmäktige och medborgardialoger. Erfarenheterna av dessa forum varierade kraftigt. På vissa platser beskrevs de som viktiga arenor där unga får direkt kontakt med

beslutsfattare och möjlighet att påverka lokala frågor. På andra platser upplevdes forumen som otydliga, svagt organiserade eller utan verklig betydelse.

Flera deltagare efterfrågade tydligare strukturer och gemensamma modeller för hur ungdomsråd och elevråd ska fungera. Det lyftes att kvaliteten ofta blir beroende av enskilda eldsjälar eller kommuners egna ambitioner, vilket skapar stora skillnader mellan olika delar av landet.

För att ungas deltagande ska upplevas som meningsfullt krävs att vuxna beslutsfattare är villiga att samarbeta med unga och att ungas perspektiv faktiskt tas vidare i beslutsprocesser. Denna förändring kräver mer än etablering av strukturer för ungdomsforum, den kräver att vuxnas syn på barn och unga i grunden förändras.

Flera deltagare beskrev att dagens system riskerar att skapa misstro och hopplöshet när unga upplever att deras engagemang inte leder någonstans. Ordet hopp återkom i flera diskussioner, ofta just avsaknaden av termer om avsaknad av detta. Detta bör dock inte läsas som ett ointresse för samhällsfrågor. Många beskrev ett starkt engagemang, men en känsla av att systemet inte tar vara på det engagemang som finns.

Samtalen pekade därför mot behovet av både strukturella och kulturella förändringar. Unga behöver inte bara fler forum för deltagande, utan också ett demokratiskt klimat där deras perspektiv ses som relevanta och värdefulla.

Forskning om ungas demokratiska deltagande visar återkommande att unga i hög grad är samhällsengagerade, men att många samtidigt upplever begränsade möjligheter att faktiskt påverka politiska beslut. Utmaningen handlar därför sällan om bristande intresse, utan snarare om hur demokratiska strukturer är utformade och vilka grupper som ges reellt inflytande.

**Det vi behöver göra är att sänka trösklarna in i de etablerade strukturerna.**

– Riksdagsledamot, Toppmötet

Enligt MUCF:s senaste ungdomsbarometer upplever endast en av tio unga att de har verklig möjlighet att påverka politiska beslut på lokal nivå. För unga på landsbygden förstärks detta utanförskap av strukturella hinder som bristande infrastruktur och avsaknad av lokala mötesplatser för dialog med beslutsfattare. Detta innebär att ungas möjlighet till inflytande i praktiken blir beroende av lokala prioriteringar och enskilda tjänstepersoners eller politikerns engagemang, samt av vilken budget respektive kommun förvaltar över.

## YOUTH 2030 FÖRESLÅR

- **Lagkrav på inflytandeforum för unga på lokal nivå, inspirerat av våra nordiska grannländer**
- **Ge länsstyrelserna i uppdrag att följa upp kommuner och regioners arbete för att ge barn och unga inflytande och delaktighet**

Jämförelsevis så finns det både i Finland och Norge ett lagstadgat krav på inflytandeforum för unga på lokal nivå. I Sverige har ungefär hälften av alla kommuner ett inflytandeforum för unga.

Ett lagkrav skulle göra stor skillnad för unga i Sverige, då de bland annat skulle garantera en stabil och konkret kanal för dialog med politiska beslutsfattare. Genom ett nationellt direktiv kan goda exempel från lokala inflytandeforum fångas upp och brukas, inte som ett enstaka gott exempel, utan som en norm för hur forumen brukas och vilket mandat de ges.

För att kunna skapa bättre förståelse för vilket arbete som utförs lokalt bör även Länsstyrelserna ges i uppdrag att granska hur kommuner arbetar med att öka ungas inflytande och delaktighet, vilket i sin tur bör göras kontinuerligt för att säkerställa att enskilda kommuner inte släpar efter och att ungas delaktighet inte blir förhandlingsbart.

**Enligt MUCF (2024) har andelen unga som anser sig ha goda möjligheter att påverka samhället mer än halverats på fem år, och denna känsla av utanförskap är särskilt påtaglig utanför storstäderna där förtroendet för politiska institutioner ofta är lägre**

# Demokratin är inte lika tillgänglig för alla unga

Ett tredje tema som framträdde ur dagen var att möjligheten att påverka samhället inte är jämlikt fördelad. Förutsättningarna skiljer sig beroende på exempelvis funktionsförmåga, var i landet man bor och tillgång till resurser.

Många deltagare lyfte de hinder som unga med funktionsnedsättning möter i demokratiska sammanhang. Hindren handlade både om fysisk tillgänglighet och om hur information, möten och dialoger utformas.

Flera beskrev att språket i politiska processer ofta är svårtillgängligt och att det saknas anpassad information. Andra lyfte bristande tillgänglighet i lokaler, svårigheter att ta sig till möten eller att unga med funktionsnedsättning ofta bemöts utifrån föreställningar om vad de klarar av.

Deltagarna betonade vikten av att möta unga med funktionsnedsättning på lika villkor och att undvika att se tillgänglighet som välgörenhet eller särbehandling. Fokus låg istället på att skapa strukturer där fler kan delta på sina egna villkor.

Flera deltagare lyfte också att vissa grupper riskerar att bli underrepresenterade även inom inflytandearbetet. Det betonades därför att arbetet med inkludering behöver omfatta fler perspektiv och att unga som vanligtvis inte engagerar sig också måste nås.

Samtalen berörde även de geografiska skillnaderna i ungas möjlighet till inflytande. Deltagare från mindre orter och landsbygden beskrev att avstånd, bristande kollektivtrafik och färre mötesplatser gör det svårare att engagera sig och delta i demokratiska processer.

Kollektivtrafik återkom som en central fråga i flera grupper. Flera deltagare beskrev att möjligheten att ta sig till möten, aktiviteter eller dialogforum i praktiken avgör vem som kan delta.

Det lyftes också att det ofta finns större möjligheter till ungdomsorganisering, möten med beslutsfattare och samhällsengagemang i större städer än i mindre kommuner. Skillnaderna mellan kommuner upplevdes som stora. På vissa platser beskrevs politiker som öppna och intresserade av att lyssna på unga, medan andra deltagare upplevde att ungas frågor sällan prioriteras.

Genom samtalen blev det tydligt att demokratisk delaktighet inte kan tas för given. För att alla unga ska ha möjlighet att påverka krävs ett mer inkluderande och tillgängligt demokratiskt system, oavsett funktionsförmåga eller var man bor.

Sverige ratificerade FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning 2008. Konventionen slår fast rätten till full och jämlik delaktighet i samhället, inklusive i demokratiska processer. Trots detta visar både forskning och rapporter från bland annat Myndigheten för delaktighet (MFD) att personer med funktionsnedsättning fortfarande möter betydande hinder i sitt demokratiska deltagande.

Andelen unga med funktionsnedsättning varierar beroende på definition, men studier visar att mellan cirka 12 % och upp till 25 % av unga i Sverige lever med någon form av funktionsnedsättning eller långvarigt hälsoproblem. Samtidigt visar forskning att unga med funktionsnedsättning har lägre deltagande i demokratiska processer, exempelvis lägre valdeltagande.

Samtidigt som 40 % av Sveriges yta klassas som glesbygd, så formas politiken till övervägande del av och för de som bor i städerna. Ungar i dessa områden uppger i lägre utsträckning än stadsbor att de tror att deras röst spelar roll.

Enligt MUCF:s senaste ungdomsbarometer upplever endast en av tio unga att de har verklig möjlighet att påverka politiska beslut på lokal nivå.

## YOUTH 2030 FÖRESLÅR

- **Säkerställ stöd till ungdomsorganisering som verkar på gles- och landsbygd**
- **Riktade insatser för att stärka organisering, inflytande och delaktighet för unga med funktionsnedsättning samt säkerställa tillgängliga demokratiska mötesplatser och deltagande på lika villkor**

För unga på landsbygden förstärks detta utanförskap av strukturella hinder som bristande infrastruktur och avsaknad av lokala mötesplatser för dialog med beslutsfattare.

***Många regelverk slår snett på grund av egenskaper man inte kan styra över.***

**– Riksdagsledamot, Toppmötet**

För att samtliga unga ska kunna delta i det demokratiska samtalet på lika villkor krävs det att förutsättningarna jämnas ut. Incitament till det unga civilsamhället att etablera sig på landsbygden behöver förstärkas så att hela Sverige ska kunna leva. Samtidigt behöver fysiska och språkliga anpassningar tillgängliggöras för att unga med funktionsnedsättning ska kunna delta utan stigmat av att behöva begära särskilt stöd. Detta kan handla om tillgång till lokaler, men även om att språk behöver anpassas för att möta den målgripp man möter.

***73 % av kommunerna saknar enligt MFD en aktuell tillgänglighetsplan som specifikt adresserar politiskt deltagande för personer med funktionsnedsättning.***



# Ett inkluderande valdeltagande börjar med att alla perspektiv får plats

Alla människor påverkas inte av samhället på samma sätt. Därför behöver demokratisk delaktighet förstås utifrån olika erfarenheter och förutsättningar för att skapa ett mer inkluderande valdeltagande. Youth 2030 Movement arbetar för att Sverige före 2030 ska ha tagit de avgörande strukturella steg som krävs för att ingen ung människa ska behöva kämpa för att vara en del av demokratin, oberoende funktionsförmåga, ålder eller bostadsort.

Det är inte en orealistisk ambition. Det är en rimlig förväntning i ett land som Sverige. Ett land med resurser, med kunskap och med internationella åtaganden som redan pekar ut vägen. Vad som saknas är den politiska viljan att ta sista steget från ord till handling. Toppmötet 2026 visade att de unga är redo. Nu är det beslutsfattarnas tur.

Att stärka ungas inflytande är inte en kostnad, det är en investering. I bättre beslut, i ett samhälle och i en demokrati som fler människor känner sig som en del av. Det är ett samhälle värt att börja bygga redan imorgon.





**YOUTH**  
— 2030