

Att rösta i valet 2026

Så går det till



**Lättläst information om hur du röstar i valet
till riksdag, kommun och region**

Det här är en lättläst tidning
om valet 2026.

Du kan läsa om varför vi röstar
och om olika sätt att rösta.

Innehåll

Sida 3–5: Demokrati och vad vi röstar om

Sida 6–11: Så går det till att rösta

Sida 12–15: Hjälp och stöd när du röstar

Sida 16–20: Det går att rösta på flera olika sätt

Sida 22–25: Här kan du rösta

Sida 26–27: Här kan du lära dig mer

Sverige är en demokrati

Demokrati betyder att alla
ska få vara med och bestämma.
I en demokrati är alla lika mycket
värda och har samma rättigheter.

När du röstar är du med och
bestämmer hur Sverige ska vara.
Alla har något de bryr sig om.
Du kanske vill förändra något?
Eller så vill du behålla något
som du tycker är bra.



Det här röstar du om

När du röstar väljer du politiker.
Politiker är med i olika partier.
Ett parti är en grupp människor
som tycker lika om samhället.

Vi röstar vart fjärde år i tre olika val:

- riksdagen
- kommunen
- regionen.

Alla valen är på samma dag.

Valdagen 2026 är **söndag den 13 september**.



Riksdag, kommun och region bestämmer om olika saker

Riksdagen bestämmer om hela Sverige.
Till exempel våra lagar och statens pengar.

Kommunen bestämmer till exempel om:

- skolor
- gator
- äldreomsorg
- socialtjänst
- stöd till personer med funktionsnedsättning.

Regionen bestämmer till exempel om:

- sjukhus
- vårdcentraler
- bussar och tåg.



Så går det till att rösta

Före valet får du ditt röstkort

Röstkortet kommer till
din digitala brevlåda.
Har du ingen digital brevlåda
kommer röstkortet med posten.

Om någon annan tar hand om
din post ska den personen
ge röstkortet till dig.

På röstkortet står det:

- vilka val du får rösta i
- var du kan rösta på valdagen.

Du behöver inte ta med röstkortet
när du ska rösta. Men du måste
ta med legitimation.

Legitimation kan vara:

- id-kort
- pass
- körkort.



Vilka får rösta i valen?

På ditt röstkort står det vilka val just du får rösta i.

Du får rösta till riksdagen:

- om du har fyllt 18 år
- är svensk medborgare
- bor i Sverige eller har bott här tidigare.

Du får rösta till region och kommun:

- om du har fyllt 18 år
- bor i kommunen eller regionen
- är medborgare i Sverige, ett annat land i EU, i Island eller Norge.

Du får också rösta om du har bott i Sverige i minst tre år. Då spelar det ingen roll vilket land du är medborgare i.



Dina val är hemliga

Du bestämmer helt själv om du vill rösta och vad du vill rösta på.

Ingen annan får bestämma vad du ska rösta på.

Du behöver inte berätta för någon vilken politiker eller vilket parti du har röstat på.

Att rösta blankt

Det finns också något som heter att rösta blankt. Det betyder att du röstar, men väljer inte något speciellt parti eller politiker.

Du kan rösta blankt om du vill vara med och rösta, men kanske inte vet vilket parti du vill rösta på.

Du lägger då en helt tom valsedel i kuvertet. Det går att rösta blankt i alla tre valen.

Så här gör du i vallokalen

1. Ta valsedlar

En valsedel är en papperslapp som du röstar med.

Valsedlarna har olika färger:

- gul = riksdagen
- vit = kommunen
- blå = regionen.

Överst på valsedlarna står namn på partier. På valsedlarna står också namn på politiker.

Vill du rösta i alla tre valen?

Då ska du ta en valsedel i varje färg.

2. Att rösta på en politiker

Du kan också rösta på en speciell politiker du gillar.

Då sätter du ett kryss i rutan framför namnet på den politikern.

Tänk på: Du får bara kryssa en person på varje valsedel.

3. Lägg valsedlarna i kuvert

Du får tre speciella valkuvert av en röstmottagare när du kommer in i röstlokalen.

Lägg en valsedel i varje kuvert. Det ska du göra bakom en skärm så ingen kan se vem eller vad du röstar på. Skärmen kallas valbås. I valbåset finns ett bord och en penna.

4. Lämna kuverten

När du lagt en valsedel i varje kuvert, stänger du kuverten. Sedan lämnar du dem till röstmottagaren. Det är nu du måste visa din legitimation.

Har du ingen legitimation? Då kan någon som känner dig berätta vem du är. Den personen måste ha med och visa sin legitimation.

Röstmottagaren lägger kuverten i en stor behållare som heter urna.

5. Nu är du klar och har röstat!

Hjälp och stöd när du röstar

Vallokalen ska vara lätt att använda

Alla vallokaler där man röstar ska vara tillgängliga. Det står i lagen.

Det ska vara enkelt att komma in i lokalen, att ta valsedlarna och rösta.

Det finns också speciella valbås med extra låga bord för dem som behöver det. Du kan också låna förstoringsglas och extra belysning.

Fråga personalen i vallokalen om du behöver hjälp.



Du kan också få hjälp av personalen

Om det är svårt att rösta själv kan du få hjälp av personalen i vallokalen. Dessa kallas röstmottagare och har vita västar.

En röstmottagare kan hjälpa dig i valbåset. Men röstmottagaren får inte säga vad du ska rösta på. Röstmottagaren får inte heller berätta vad du har röstat på.

Du kan också ta med en person du litar på om du behöver stöd när du röstar. Då måste en röstmottagare också vara med i valbåset.



Öva på att rösta

Ett sätt att förbereda sig är att öva på att rösta före valdagen.

Du själv eller någon som hjälper dig kan då hämta valsedlar och kuvert, i någon av lokalerna för förtidsröstning. Du kan läsa mer om att förtidsrösta på sidorna 18, 24 och 25.

Sedan kan du öva hemma. Du kan också i förväg välja ut de valsedlar du vill använda.



Det går att rösta på flera olika sätt

Flera olika sätt att rösta

Du kan:

- rösta på valdagen
- förtidsrösta
- rösta med bud
- få hjälp av kommunen.

Vill du rösta på valdagen?

Valdagen är **söndag den
13 september 2026.**

På röstkortet står det var du
ska rösta och när vallokalen
är öppen.



Att förtidsrösta

Du kan också rösta före valdagen.
Det heter att förtidsrösta.

Du kan förtidsrösta från och med
onsdag den 26 augusti till och med
lördag den 12 september.

Då finns det många röstningslokaler
att välja på, dit du kan gå.

På sidorna 24 och 25 hittar du
alla vallokaler i Helsingborg
där du kan förtidsrösta.
Det går även att förtidsrösta
på andra orter i hela Sverige.



Att rösta med bud

Har du svårt att ta dig till en vallokal?
Då går det att rösta med bud.

Bud betyder att någon annan lämnar
din röst åt dig. Budet måste vara 18 år
eller äldre.

För att rösta med bud behöver du
speciella kuvert, som heter
budröstningssats. Dessa kuvert
finns i alla lokaler där man kan rösta.

Du kan också beställa en budröstningssats
genom att ringa Helsingborg kontaktcenter
på telefon 042-10 50 00.

Du måste själv lägga valsedlarna i kuverten.
Då ska ett vittne vara med och se att det är
du som röstar. Vittnet och budet får inte
vara samma person.

Du behöver inte berätta för vittnet
eller budet vad du röstar på.

Kommunen kan också hämta din röst

Om du inte kan ta dig till en vallokal så kan personer från kommunen hämta din röst.

De kallas för ambulerande röstmottagare. De har vita västar och ringer alltid innan de kommer.

Röstmottagarna har med sig valsedlar och annat som behövs för att kunna rösta.

Du kan boka ambulerande röstmottagare från och med **måndag den 10 augusti**. Då ska du ringa Helsingborg kontaktcenter på telefon 042-10 50 00 för att boka tid.

Första möjligheten att de ambulerande röstmottagarna kommer hem till dig är från **onsdag den 26 augusti**.



Här kan du rösta

Här kan du rösta på valdagen

Valdagen är **söndag den 13 september**.

På ditt röstkort står det vilka val du får rösta i. Det står även vilken vallokal du kan rösta i på valdagen.

Om du inte kan rösta i din vallokal på valdagen, kan du även rösta på Helsingborgs central, Knutpunkten. Adressen är Kungstorget 8 i Helsingborg.

Denna vallokal kan alla rösta i. Den har öppet klockan 8.00–20.00.



Här kan du förtidsrösta

Du kan förtidsrösta på flera platser i Helsingborg. Förtidsröstningen är öppen från **onsdag den 26 augusti** till och med **lördag den 12 september**.

Köpcentrum och butiker

Väla centrum, ingång 5 - Marknadsvägen 9, Ödåkra

Ikea - Marknadsvägen 7, Ödåkra

Ringstorps centrum - Kurirgatan 1, Helsingborg

Råå center - Landskronavägen 33, Helsingborg

Södergallerian - Södergatan 30, Helsingborg

Andra platser

Helsingborg C - Kungstorget 8, Helsingborg

Helsingborgs lasarett - Charlotte Yhlens gata 10

Laröd - Ridvägen 9, Helsingborg

Bibliotek

Elinebergs bibliotek - Ramlösavägen 90, Helsingborg

Idé A Drottninghög - Blåkullagatan 4C, Helsingborg

Mariastadens bibliotek - Grepkatan 28, Helsingborg

Rosengårdens bibliotek - Ludvikagatan 57, Helsingborg

Rydebäcks bibliotek - Frösögatan 3D, Rydebäck

Valbussen för förtidsröstning stannar här

Adolfsberg - Södra Hunnetorpsvägen 56, Helsingborg

Bårslöv - Snödroppegatan 1, Helsingborg

Planteringen - Öresundsgatan 9, Helsingborg

Gantofta - Norra Kvistoftavägen 21, Helsingborg

Kattarp - Hasslarpsvägen 1, Kattarp

Mörarp - Bjuvsleden 11, Mörarp

Påarp - Lokföraregatan 19, Påarp

Vallåkra - Ryavägen 15, Vallåkra

Här kan du lära dig mer

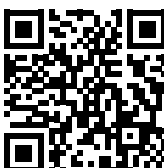
Om valet och att rösta

Valmyndigheten har information på lätt svenska och på teckenspråk. Du hittar den på webbplatsen www.val.se



Om riksdagen

Riksdagen har information på lätt svenska, teckenspråk och andra språk. Du hittar den på webbplatsen www.riksdagen.se



Om våra partier

Tidningen 8 Sidor har lättläst information om vad partierna tycker. Du hittar den på webbplatsen www.8sidor.se/partierna



Mer information om att rösta i Helsingborg

Mer lättläst information

Helsingborgs stad har samlat information om att rösta. Du hittar den på webbplatsen www.val.helsingborg.se



Har du frågor?

Om du har frågor om valet,
kontakta då Helsingborg kontaktcenter.

Telefon: 042-10 50 00

E-post: kontaktcenter@helsingborg.se

