

---

Allgemeine  
Erklärung  
der  
Menschenrechte



---

von Amnesty International  
diskriminierungssensibel  
überarbeitet



Diese  
Menschenrechte  
gehören:

---

**AMNESTY INTERNATIONAL Deutschland e. V.**

Zinnowitzer Straße 8 . 10115 Berlin

T: +49 30 420248-0 . E: [info@amnesty.de](mailto:info@amnesty.de) . W: [www.amnesty.de](http://www.amnesty.de)

Stand: August 2019

V.i.S.d.P. Bettina Müller, Art.-Nr. 08019

**AMNESTY  
INTERNATIONAL**



---

Allgemeine  
Erklärung  
der  
Menschenrechte



---

von Amnesty International  
diskriminierungssensibel  
überarbeitet



# ALLE MENSCHEN ...

sind frei und gleich an Würde und Rechten geboren. So lautet der erste Satz der „Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte“ (AEMR). Ihre Verabschiedung am 10. Dezember 1948 war ein historischer Moment. Denn die Vereinten Nationen sicherten damit jedem Menschen – weltweit und unabhängig von Hautfarbe, Geschlecht, Sprache, Religion, politischer Anschauung, sozialem Status, ethnischer und sozialer Herkunft – die gleichen Rechte und Freiheiten zu.

Menschenrechte sind angeboren, unveräußerlich, universell und unteilbar. Sie sind zu jeder Zeit und für alle Menschen gültig. Seit der Verabschiedung der AEMR haben wir viele historische Fortschritte erlebt. In den vergangenen Jahrzehnten wurden zahlreiche Konventionen und Abkommen verabschiedet, die wesentlich zur Durchsetzung der Menschenrechte beigetragen haben.

Die Allgemeine Erklärung selbst ist kein rechtsverbindliches Dokument, sondern Wertefundament und Maßstab für alle Staaten weltweit. Weil Menschenrechte und Gesellschaften sich entwickeln, muss sie immer so gelesen werden, dass sie den bestmöglichen Schutz für alle Menschen im Hier und Heute bietet. Deshalb veröffentlicht Amnesty diese behutsam angepasste Fassung der deutschen Übersetzung: Sie bietet so auch sprachlich allen Geschlechtern Schutz, vermeidet die Bezugnahme auf rassistische Konzepte und stellt damit die Gleichwertigkeit aller Menschen noch stärker in den Mittelpunkt.

Die Allgemeine Erklärung der Menschenrechte bildet die Grundlage unseres freien Lebens. In einer Zeit, in der sich immer mehr Staaten von den Menschenrechten abwenden, ist es notwendig, dass sich alle für deren Schutz einsetzen. **Es sind auch deine Rechte. Mache dich mit ihnen vertraut. Hilf mit, sie für dich selbst und für deine Mitmenschen einzufordern und zu verteidigen!**

» *Wo beginnen die universellen Menschenrechte? An den kleinen Orten, nahe dem eigenen Zuhause. So nah und so klein, dass diese Orte auf keiner Weltkarte zu finden sind. (...) Die Nachbarschaft, in der wir leben, die Schule oder die Universität, die wir besuchen, die Fabrik, der Bauernhof oder das Büro, in dem wir arbeiten. Das sind die Orte, wo jeder Mann, jede Frau und jedes Kind gleiche Rechte, gleiche Chancen und gleiche Würde ohne Diskriminierung sucht. Wenn diese Rechte hier nicht gelten, gelten sie nirgendwo. «\**

**ELEANOR ROOSEVELT**

Vorsitzende der UN-Menschenrechtskommission, die die Allgemeine Erklärung der Menschenrechte verfasste.

\* Übersetzung von Amnesty International.





# THE UNIVERSAL DECLARATION OF Human Rights

**PREAMBLE** Recognition of the inherent dignity and of the equal and inalienable rights of all members of the human family is the foundation of justice, peace and peace in the world.

Whereas disregard and contempt for human rights have resulted in barbarous acts which have outraged the conscience of mankind and the spread of a world in which human beings shall enjoy freedom of speech and belief and freedom from fear and want has been proclaimed as the highest aspiration of the common people,

It is essential, if man is not to be compelled to have recourse, as a last resort, to rebellion against tyranny and oppression, that human rights should be protected by the rule of law.

It is the duty of States to promote the development of friendly relations among themselves and to co-operate in achieving these ends.

The United Nations have in the Charter reaffirmed and proclaimed human rights, in the dignity and worth of every individual, in the equal rights of men and women and have

determined to promote social progress and better standards of life in larger freedom.

Member States have pledged themselves to achieve, in co-operation with the United Nations, the promotion of universal respect for and observance of human rights and fundamental freedoms, as the greatest importance for the full realization of this pledge.

It is the common understanding of these rights and freedoms is of the greatest importance for the full realization of this pledge.

It is the common understanding of these rights and freedoms is of the greatest importance for the full realization of this pledge.

Whereas the Charter of the United Nations has in Article 1(3) affirmed that one of its purposes is to promote international co-operation in the attainment of the higher standards of living and better conditions of life in larger freedom which are essential for the well-being and development of all peoples;

Whereas the Charter of the United Nations has in Article 55(c) affirmed that one of its purposes is to promote international co-operation in the attainment of the higher standards of living and better conditions of life in larger freedom which are essential for the well-being and development of all peoples;

Whereas the Charter of the United Nations has in Article 55(c) affirmed that one of its purposes is to promote international co-operation in the attainment of the higher standards of living and better conditions of life in larger freedom which are essential for the well-being and development of all peoples;

Whereas the Charter of the United Nations has in Article 1(3) affirmed that one of its purposes is to promote international co-operation in the attainment of the higher standards of living and better conditions of life in larger freedom which are essential for the well-being and development of all peoples;

Whereas the Charter of the United Nations has in Article 55(c) affirmed that one of its purposes is to promote international co-operation in the attainment of the higher standards of living and better conditions of life in larger freedom which are essential for the well-being and development of all peoples;

Whereas the Charter of the United Nations has in Article 55(c) affirmed that one of its purposes is to promote international co-operation in the attainment of the higher standards of living and better conditions of life in larger freedom which are essential for the well-being and development of all peoples;

Whereas the Charter of the United Nations has in Article 1(3) affirmed that one of its purposes is to promote international co-operation in the attainment of the higher standards of living and better conditions of life in larger freedom which are essential for the well-being and development of all peoples;

Whereas the Charter of the United Nations has in Article 55(c) affirmed that one of its purposes is to promote international co-operation in the attainment of the higher standards of living and better conditions of life in larger freedom which are essential for the well-being and development of all peoples;

Whereas the Charter of the United Nations has in Article 55(c) affirmed that one of its purposes is to promote international co-operation in the attainment of the higher standards of living and better conditions of life in larger freedom which are essential for the well-being and development of all peoples;

Whereas the Charter of the United Nations has in Article 1(3) affirmed that one of its purposes is to promote international co-operation in the attainment of the higher standards of living and better conditions of life in larger freedom which are essential for the well-being and development of all peoples;

Whereas the Charter of the United Nations has in Article 55(c) affirmed that one of its purposes is to promote international co-operation in the attainment of the higher standards of living and better conditions of life in larger freedom which are essential for the well-being and development of all peoples;

Whereas the Charter of the United Nations has in Article 55(c) affirmed that one of its purposes is to promote international co-operation in the attainment of the higher standards of living and better conditions of life in larger freedom which are essential for the well-being and development of all peoples;

Whereas the Charter of the United Nations has in Article 1(3) affirmed that one of its purposes is to promote international co-operation in the attainment of the higher standards of living and better conditions of life in larger freedom which are essential for the well-being and development of all peoples;

Whereas the Charter of the United Nations has in Article 55(c) affirmed that one of its purposes is to promote international co-operation in the attainment of the higher standards of living and better conditions of life in larger freedom which are essential for the well-being and development of all peoples;

Whereas the Charter of the United Nations has in Article 55(c) affirmed that one of its purposes is to promote international co-operation in the attainment of the higher standards of living and better conditions of life in larger freedom which are essential for the well-being and development of all peoples;

Whereas the Charter of the United Nations has in Article 1(3) affirmed that one of its purposes is to promote international co-operation in the attainment of the higher standards of living and better conditions of life in larger freedom which are essential for the well-being and development of all peoples;

Whereas the Charter of the United Nations has in Article 55(c) affirmed that one of its purposes is to promote international co-operation in the attainment of the higher standards of living and better conditions of life in larger freedom which are essential for the well-being and development of all peoples;

Whereas the Charter of the United Nations has in Article 55(c) affirmed that one of its purposes is to promote international co-operation in the attainment of the higher standards of living and better conditions of life in larger freedom which are essential for the well-being and development of all peoples;

# PRÄAMBEL

**DA DIE ANERKENNUNG** der angeborenen Würde und der gleichen und unveräußerlichen Rechte aller Mitglieder der Gemeinschaft der Menschen die Grundlage von Freiheit, Gerechtigkeit und Frieden in der Welt bildet,

**DA DIE NICHTANERKENNUNG UND VERACHTUNG** der Menschenrechte zu Akten der Barbarei geführt haben, die das Gewissen der Menschheit mit Empörung erfüllen, und da verkündet worden ist, dass einer Welt, in der die Menschen Rede- und Glaubensfreiheit und Freiheit von Furcht und Not genießen, das höchste Streben des Menschen gilt,

**DA ES NOTWENDIG IST**, die Menschenrechte durch die Herrschaft des Rechtes zu schützen, damit der Mensch nicht gezwungen wird, als letztes Mittel zum Aufstand gegen Tyrannei und Unterdrückung zu greifen,

**DA ES NOTWENDIG IST**, die Entwicklung freundschaftlicher Beziehungen zwischen den Nationen zu fördern,

**DA DIE VÖLKER** der Vereinten Nationen in der Charta ihren Glauben an die grundlegenden Menschenrechte, an die Würde und den Wert der menschlichen Person und an die Gleichberechtigung aller Menschen erneut bekräftigt und beschlossen haben, den sozialen Fortschritt und bessere Lebensbedingungen in größerer Freiheit zu fördern,

**DA DIE MITGLIEDSTAATEN** sich verpflichtet haben, in Zusammenarbeit mit den Vereinten Nationen auf die allgemeine Achtung und Einhaltung der Menschenrechte und Grundfreiheiten hinzuwirken,

**DA EIN GEMEINSAMES VERSTÄNDNIS** dieser Rechte und Freiheiten von größter Wichtigkeit für die volle Erfüllung dieser Verpflichtung ist,

verkündet die Generalversammlung

**DIESE ALLGEMEINE ERKLÄRUNG DER MENSCHENRECHTE** als das von allen Völkern und Nationen zu erreichende gemeinsame Ideal, damit jeder einzelne Mensch und alle Organe der Gesellschaft sich diese Erklärung stets gegenwärtig halten und sich bemühen, durch Unterricht und Erziehung die Achtung vor diesen Rechten und Freiheiten zu fördern und durch fortschreitende nationale und internationale Maßnahmen ihre allgemeine und tatsächliche Anerkennung und Einhaltung durch die Bevölkerung der Mitgliedstaaten selbst wie auch durch die Bevölkerung der ihrer Hoheitsgewalt unterstehenden Gebiete zu gewährleisten.

ARTIKEL 1

# **FREIHEIT, GLEICHHEIT, SOLIDARITÄT**

Alle Menschen sind frei und gleich  
an Würde und Rechten geboren.  
Sie sind mit Vernunft und Gewissen  
begabt und sollen einander im Geist  
der Solidarität begegnen.

# VERBOT

# DER

# DISKRIMINIERUNG

1. Jeder Mensch hat Anspruch auf alle in dieser Erklärung verkündeten Rechte und Freiheiten ohne irgendeinen Unterschied, etwa aufgrund rassistischer Zuschreibungen, nach Hautfarbe, Geschlecht, Sprache, Religion, politischer oder sonstiger Anschauung, nationaler oder sozialer Herkunft, Vermögen, Geburt oder sonstigem Stand.

2. Des Weiteren darf kein Unterschied gemacht werden aufgrund der politischen, rechtlichen oder internationalen Stellung des Landes oder Gebiets, dem eine Person angehört, gleichgültig ob dieses unabhängig ist, unter Treuhandschaft steht, keine Selbstregierung besitzt oder sonst in seiner Souveränität eingeschränkt ist.

ARTIKEL 3

**RECHT**

**AUF**

**LEBEN**

**UND**

**FREIHEIT**

Jeder Mensch hat das Recht auf Leben,  
Freiheit und Sicherheit der Person.

ARTIKEL 4

# VERBOT DER SKLAVEREI UND DES SKLAVENHANDELS

Niemand darf in Sklaverei oder  
Leibeigenschaft gehalten werden;  
Sklaverei und Sklavenhandel sind  
in allen ihren Formen verboten.

ARTIKEL 5

**VERBOT**

**DER**

**FOLTER**

Niemand darf der Folter oder  
grausamer, unmenschlicher oder  
erniedrigender Behandlung  
oder Strafe unterworfen werden.

ARTIKEL 6

**ANERKENNUNG**

**ALS**

**RECHTSPERSON**

Jeder Mensch hat das Recht,  
überall als rechtsfähig  
anerkannt zu werden.

ARTIKEL 7

**GLEICHHEIT**

**VOR DEM**

**GESETZ**

Alle Menschen sind vor dem Gesetz gleich und haben ohne Unterschied Anspruch auf gleichen Schutz durch das Gesetz. Alle haben Anspruch auf gleichen Schutz gegen jede Diskriminierung, die gegen diese Erklärung verstößt, und gegen jede Aufhetzung zu einer derartigen Diskriminierung.

ARTIKEL 8

**ANSPRUCH**

**AUF**

**RECHTSSCHUTZ**

Jeder Mensch hat Anspruch auf einen wirksamen Rechtsbehelf bei den zuständigen innerstaatlichen Gerichten gegen Handlungen, durch die die ihm nach der Verfassung oder nach dem Gesetz zustehenden Grundrechte verletzt werden.

ARTIKEL 9

**SCHUTZ**

**VOR**

**VERHAFTUNG**

**UND**

**AUSWEISUNG**

Niemand darf willkürlich festgenommen, in Haft gehalten oder des Landes verwiesen werden.

# ANSPRUCH AUF FAIRES GERICHTS- VERFAHREN

Jeder Mensch hat bei der Feststellung der eigenen Rechte und Pflichten sowie bei einer gegen ihn erhobenen strafrechtlichen Beschuldigung in voller Gleichheit Anspruch auf ein gerechtes und öffentliches Verfahren vor einem unabhängigen und unparteiischen Gericht.

# UNSCHULDS- VERMUTUNG

1. Jeder Mensch, der wegen einer strafbaren Handlung beschuldigt wird, hat das Recht, als unschuldig zu gelten, solange seine Schuld nicht in einem öffentlichen Verfahren, in dem er alle für seine Verteidigung notwendigen Garantien gehabt hat, gemäß dem Gesetz nachgewiesen ist.

2. Niemand darf wegen einer Handlung oder Unterlassung verurteilt werden, die zur Zeit ihrer Begehung nach innerstaatlichem oder internationalem Recht nicht strafbar war. Ebenso darf keine schwerere Strafe als die zum Zeitpunkt der Begehung der strafbaren Handlung angedrohte Strafe verhängt werden.

# FREIHEITSSPHÄRE DES EINZELNEN

Niemand darf willkürlichen Eingriffen in das eigene Privatleben, die eigene Familie, die eigene Wohnung und den eigenen Schriftverkehr oder Beeinträchtigungen der eigenen Ehre und des eigenen Rufes ausgesetzt werden. Jeder Mensch hat Anspruch auf rechtlichen Schutz gegen solche Eingriffe oder Beeinträchtigungen.

# FREIZÜGIGKEIT

# UND

# AUSWANDERUNGS-

# FREIHEIT

1. Jeder Mensch hat das Recht, sich innerhalb eines Staates frei zu bewegen und den Aufenthaltsort frei zu wählen.

2. Jeder Mensch hat das Recht, jedes Land, einschließlich des eigenen, zu verlassen und in das eigene Land zurückzukehren.

# ASYLRECHT

1. Jeder Mensch hat das Recht, in anderen Ländern vor Verfolgung Asyl zu suchen und zu genießen.

2. Dieses Recht kann nicht in Anspruch genommen werden im Falle einer Strafverfolgung, die tatsächlich aufgrund von Verbrechen nichtpolitischer Art oder aufgrund von Handlungen erfolgt, die gegen die Ziele und Grundsätze der Vereinten Nationen verstoßen.

# RECHT AUF STAATS- ANGEHÖRIGKEIT

1. Jeder Mensch hat das Recht auf eine Staatsangehörigkeit.
2. Niemandem darf die eigene Staatsangehörigkeit willkürlich entzogen noch das Recht versagt werden, die Staatsangehörigkeit zu wechseln.

# EHESCHLIESSUNG, FAMILIE

1. Heiratsfähige Menschen haben ohne Beschränkung aufgrund von rassistischen Zuschreibungen, Staatsangehörigkeit oder der Religion das Recht zu heiraten und eine Familie zu gründen. Sie haben bei der Eheschließung, während der Ehe und bei deren Auflösung gleiche Rechte.

2. Eine Ehe darf nur bei freier und uneingeschränkter Willenseinigung der künftigen Ehegatt\_innen geschlossen werden.

3. Die Familie ist die natürliche Grundeinheit der Gesellschaft und hat Anspruch auf Schutz durch Gesellschaft und Staat.

# RECHT AUF EIGENTUM

1. Jeder Mensch hat das Recht, sowohl allein als auch in Gemeinschaft mit anderen Eigentum innezuhaben.

2. Niemand darf willkürlich des Eigentums beraubt werden.

# **GEDANKEN-, GEWISSENS-, RELIGIONSFREIHEIT**

Jeder Mensch hat das Recht auf Gedanken-, Gewissens- und Religionsfreiheit; dieses Recht schließt die Freiheit ein, die Religion oder Überzeugung zu wechseln, sowie die Freiheit, die eigene Religion oder Weltanschauung allein oder in Gemeinschaft mit anderen, öffentlich oder privat durch Lehre, Ausübung, Gottesdienst und Kult-handlungen zu bekennen.

# MEINUNGS- UND INFORMATIONEN- FREIHEIT

Jeder Mensch hat das Recht auf Meinungsfreiheit und freie Meinungsäußerung; dieses Recht schließt die Freiheit ein, Meinungen ungehindert anzuhängen sowie über Medien jeder Art und ohne Rücksicht auf Grenzen Informationen und Gedankengut zu suchen, zu empfangen und zu verbreiten.

# VERSAMMLUNGS- UND VEREINIGUNGS- FREIHEIT

1. Alle Menschen haben das Recht, sich friedlich zu versammeln und zu Vereinigungen zusammenzuschließen.
2. Niemand darf gezwungen werden, einer Vereinigung anzugehören.

# ALLGEMEINES UND GLEICHES WAHLRECHT

1. Jeder Mensch hat das Recht, an der Gestaltung der öffentlichen Angelegenheiten des eigenen Landes unmittelbar oder durch frei gewählte Vertreter\_innen mitzuwirken.
2. Jeder Mensch hat das Recht auf gleichen Zugang zu öffentlichen Ämtern im eigenen Lande.
3. Der Wille des Volkes bildet die Grundlage für die Autorität der öffentlichen Gewalt; dieser Wille muss durch regelmäßige, unverfälschte, allgemeine und gleiche Wahlen mit geheimer Stimmabgabe oder in einem gleichwertigen freien Wahlverfahren zum Ausdruck kommen.

# RECHT AUF SOZIALE SICHERHEIT

Jeder Mensch hat als Mitglied der Gesellschaft das Recht auf soziale Sicherheit und Anspruch darauf, durch innerstaatliche Maßnahmen und internationale Zusammenarbeit sowie unter Berücksichtigung der Organisation und der Mittel jedes Staates in den Genuss der wirtschaftlichen, sozialen und kulturellen Rechte zu gelangen, die für die eigene Würde und die freie Entwicklung der eigenen Persönlichkeit unentbehrlich sind.

# RECHT AUF ARBEIT, GLEICHEN LOHN

1. Jeder Mensch hat das Recht auf Arbeit, auf freie Berufswahl, auf gerechte und befriedigende Arbeitsbedingungen sowie auf Schutz vor Arbeitslosigkeit.
2. Jeder Mensch, ohne Unterschied, hat das Recht auf gleichen Lohn für gleiche Arbeit.
3. Jeder Mensch, der arbeitet, hat das Recht auf gerechte und befriedigende Entlohnung, die ihm und der eigenen Familie eine der menschlichen Würde entsprechende Existenz sichert, gegebenenfalls ergänzt durch andere soziale Schutzmaßnahmen.
4. Jeder Mensch hat das Recht, zum Schutz der eigenen Interessen Gewerkschaften zu bilden und solchen beizutreten.

ARTIKEL 24

# RECHT AUF ERHOLUNG UND FREIZEIT

Jeder Mensch hat das Recht auf Erholung und Freizeit und insbesondere auf eine vernünftige Begrenzung der Arbeitszeit und regelmäßigen bezahlten Urlaub.

**RECHT**

**AUF**

**WOHLFAHRT**

1. Jeder Mensch hat das Recht auf einen Lebensstandard, der Gesundheit und Wohl für sich selbst und die eigene Familie gewährleistet, einschließlich Nahrung, Kleidung, Wohnung, ärztliche Versorgung und notwendige soziale Leistungen, sowie das Recht auf Sicherheit im Falle von Arbeitslosigkeit, Krankheit, Invalidität oder Verwitmung, im Alter sowie bei anderweitigem Verlust der eigenen Unterhaltsmittel durch unverschuldete Umstände.

2. Mütter und Kinder haben Anspruch auf besondere Fürsorge und Unterstützung. Alle Kinder, eheliche wie außereheliche, genießen den gleichen sozialen Schutz.

# RECHT AUF BILDUNG

1. Jeder Mensch hat das Recht auf Bildung. Die Bildung ist unentgeltlich, zumindest der Grundschulunterricht und die grundlegende Bildung. Der Grundschulunterricht ist obligatorisch. Fach- und Berufsschulunterricht müssen allgemein verfügbar gemacht werden, und der Hochschulunterricht muss allen gleichermaßen entsprechend ihren Fähigkeiten offenstehen.

2. Die Bildung muss auf die volle Entfaltung der menschlichen Persönlichkeit und auf die Stärkung der Achtung vor den Menschenrechten und Grundfreiheiten gerichtet sein. Sie muss zu Verständnis, Toleranz und Freundschaft zwischen allen Nationen und allen Gruppen, unabhängig von Herkunft und Religion, beitragen und der Tätigkeit der Vereinten Nationen für die Wahrung des Friedens förderlich sein.

3. Die Eltern haben ein vorrangiges Recht, die Art der Bildung zu wählen, die ihren Kindern zuteilwerden soll.

# FREIHEIT DES KULTURLEBENS

1. Jeder Mensch hat das Recht, am kulturellen Leben der Gemeinschaft frei teilzunehmen, sich an den Künsten zu erfreuen und am wissenschaftlichen Fortschritt und dessen Errungenschaften teilzuhaben.
2. Jeder Mensch hat das Recht auf Schutz der geistigen und materiellen Interessen, die ihm als Urheber von Werken der Wissenschaft, Literatur oder Kunst erwachsen.

ARTIKEL 28

**SOZIALE**

**UND**

**INTERNATIONALE**

**ORDNUNG**

Jeder Mensch hat Anspruch auf eine soziale und internationale Ordnung, in der die in dieser Erklärung verkündeten Rechte und Freiheiten voll verwirklicht werden können.

# GRUNDPFLICHTEN

1. Jeder Mensch hat Pflichten gegenüber der Gemeinschaft, in der allein die freie und volle Entfaltung der eigenen Persönlichkeit möglich ist.
2. Jeder Mensch ist bei der Ausübung der eigenen Rechte und Freiheiten nur den Beschränkungen unterworfen, die das Gesetz ausschließlich zu dem Zweck vorsieht, die Anerkennung und Achtung der Rechte und Freiheiten anderer zu sichern und den gerechten Anforderungen der Moral, der öffentlichen Ordnung und des allgemeinen Wohles in einer demokratischen Gesellschaft zu genügen.
3. Diese Rechte und Freiheiten dürfen in keinem Fall im Widerspruch zu den Zielen und Grundsätzen der Vereinten Nationen ausgeübt werden.

# AUSLEGUNGSREGEL

Keine Bestimmung dieser Erklärung darf dahin ausgelegt werden, dass sie für einen Staat, eine Gruppe oder eine Person irgendein Recht begründet, eine Tätigkeit auszuüben oder eine Handlung zu begehen, welche die Beseitigung der in dieser Erklärung verkündeten Rechte und Freiheiten zum Ziel hat.

Die ursprüngliche deutsche Übersetzung der Vereinten Nationen von 1948 finden Sie auf der Seite des UN-Kommissariats für Menschenrechte  
<https://www.un.org/Depts/german/menschenrechte/aemr.pdf>

Dort finden Sie die Allgemeine Erklärung auch in zahlreichen anderen Übersetzungen, unter anderem in Gebärdensprache.

**AMNESTY**

**INTERNATIONAL –**

**WER WIR SIND**



Foto: Susanne Keller

Amnesty International setzt sich auf der Grundlage der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte für eine Welt ein, in der die Rechte aller Menschen geachtet werden. Die Stärke der Organisation liegt im ehrenamtlichen und finanziellen Engagement von weltweit mehr als sieben Millionen Menschen unterschiedlicher Nationalitäten, Kulturen und Altersgruppen.

### **AMNESTY SETZT SICH EIN FÜR:**

- die Freilassung von Menschen, die allein deshalb inhaftiert sind, weil sie friedlich ihre Überzeugung vertreten, oder die wegen ihrer Herkunft, sexuellen Orientierung oder Religion verfolgt werden
- die Rechte von Flüchtlingen
- die Rechte von Frauen und Mädchen
- die Verhinderung von Folter, Todesstrafe und politischem Mord
- den Schutz von Menschenrechtsverteidiger\_innen
- wirksame Kontrollen des Waffenhandels
- die Förderung der wirtschaftlichen, sozialen und kulturellen Rechte
- das Recht auf Privatsphäre
- die Aufklärung von Menschenrechtsverletzungen und die Bestrafung der Täter\_innen

# WIE ALLES BEGANN

Am Anfang von Amnesty International steht ein Trinkspruch: Zwei portugiesische Studenten stoßen in einem Café in Lissabon auf die Freiheit an. Doch in den Sechzigerjahren herrscht in Portugal eine Diktatur, die keine Kritik duldet – die Erwähnung des Wortes „Freiheit“ ist verboten. Die zwei Studenten werden zu sieben Jahren Haft verurteilt.

1.500 Kilometer entfernt liest der britische Rechtsanwalt Peter Benenson über das Urteil. Es ist nicht das erste Mal, dass er erfährt, dass Menschen wegen ihrer Gesinnung verfolgt und eingesperrt werden. Doch diese Meldung geht ihm nicht mehr aus dem Kopf – er will endlich etwas tun. Ihm kommt der Gedanke: „Wenn eine einzelne Person protestiert, bewirkt das nur wenig, aber wenn es viele Leute gleichzeitig tun würden, könnte es einen nachhaltigen Eindruck hinterlassen.“

Am 28. Mai 1961 veröffentlicht er in der Zeitung „The Observer“ den Artikel „The Forgotten Prisoners“, der mit den Worten beginnt: „Schlagen Sie Ihre Zeitung an irgendeinem beliebigen Tag auf und Sie werden eine Meldung aus irgendeinem Teil der Welt lesen: Ein Mensch ist eingekerkert, gefoltert, hingerichtet worden, weil seine Ansichten oder religiösen Überzeugungen nicht mit denen der Regierung übereinstimmen.“ Benenson fordert die Leser\_innen auf, mit Appellschreiben öffentlichen Druck auf die Regierungen zu machen und die Freilassung politischer Gefangener zu fordern. Dieser „Appeal for Amnesty“ ist der Beginn von Amnesty International.

# WIE WIR ARBEITEN

## AUFDECKEN

Amnesty-Expert\_innen recherchieren und dokumentieren Menschenrechtsverletzungen weltweit. Regelmäßig reisen sie für Ermittlungen in Krisengebiete und in Staaten, in denen Menschenrechte verletzt werden. Vor Ort sprechen sie mit Opfern und ihren Familien, mit Politiker\_innen und Oppositionellen sowie mit lokalen Menschenrechtsgruppen, Rechtsbeiständen, Medienschaffenden und medizinischem Personal. Sie besuchen Gefängnisse und beobachten Prozesse.

Ihre Arbeit bildet die Grundlage für Berichte, Appelle, Kampagnen und Lobbygespräche. Die eigenständige Recherche gewährleistet die Unabhängigkeit und Glaubwürdigkeit von Amnesty.

## **INFORMIEREN**

Die Rechercheergebnisse werden zu Berichten zusammengefasst und veröffentlicht. Denn was jene, die Menschenrechte verletzen, am meisten fürchten, ist eine informierte Öffentlichkeit.

Durch Kampagnen und Aktionen weist Amnesty weltweit auf Missstände hin und hilft mit Forderungen an die Verantwortlichen, langfristig die Einhaltung der Menschenrechte zu sichern.

## **VERÄNDERN**

Um das Leben akut bedrohter Menschen zu schützen, startet Amnesty Eilaktionen („Urgent Actions“). Durch die Teilnahme vieler Unterstützer\_innen üben sie innerhalb kürzester Zeit Druck auf die Verantwortlichen aus.

Eilaktionen werden initiiert, wenn zum Beispiel in Ägypten ein Mann in Haft gefoltert wird, in Kolumbien eine Menschenrechtlerin Morddrohungen erhält oder in den USA eine Hinrichtung droht. Immer wieder können wir auf diesem Weg konkret etwas für die Betroffenen bewirken.

# SO EINFACH KANNST DU TEIL DER AMNESTY- BEWEGUNG WERDEN!

Es gibt viele Möglichkeiten, die Menschenrechtsarbeit von Amnesty International zu unterstützen. Du entscheidest, wann, wie oft und zu welchem Thema du dich engagieren möchtest. Du kannst Petitionen an Regierungen unterzeichnen oder dich mit Eilaktionen für Menschen in Gefahr einsetzen. Du kannst unsere Arbeit finanziell unterstützen oder dich mit deiner Tatkraft und deinen guten Ideen an Aktionen von Amnesty auf der Straße beteiligen.

## **MITGLIEDSCHAFT**

Ob eigenständig oder als aktives Mitglied einer Amnesty-Gruppe, ob zu Hause oder in der Öffentlichkeit – jeder Einsatz zählt.

**[amnesty.de/ehrenamt](https://www.amnesty.de/ehrenamt)**

## **SPENDEN UND FÖRDERN**

Mit deiner finanziellen Unterstützung sicherst du die Unabhängigkeit und Kontinuität unserer Arbeit.

**[amnesty.de/unterstuetzen](https://www.amnesty.de/unterstuetzen)**

## **ONLINE AKTIV WERDEN**

Du hast wenig Zeit, möchtest aber trotzdem etwas für die Menschenrechte tun? Dann gehe direkt auf **[amnesty.de/mitmachen](https://www.amnesty.de/mitmachen)** und beteilige dich an unseren Online-Aktionen.

Über unseren Newsletter erhältst du regelmäßig Informationen zu aktuellen Fällen.

**[amnesty.de/newsletter](https://www.amnesty.de/newsletter)**

## **BILDUNG**

Nur wer die Menschenrechte kennt, kann sich für sie starkmachen. Amnesty bietet verschiedene Unterrichtsmaterialien zum Download an.

**[amnesty.de/bildungsmaterial](https://www.amnesty.de/bildungsmaterial)**

## **VERMÄCHTNIS**

Du hast den Wunsch, über dein eigenes Leben hinaus einen Beitrag zur Wahrung der Menschenrechte zu leisten? Wir beraten dich gern in allen Fragen der Nachlassplanung. Amnesty ist vom Finanzamt als gemeinnützig und besonders förderungswürdig anerkannt.

**[amnesty.de/vermaechtnis](https://www.amnesty.de/vermaechtnis)**

**MENSCHENRECHTS-  
ARBEIT IST NICHT  
UMSONST – WIR  
BRAUCHEN DEINE  
UNTERSTÜTZUNG!**

**SPENDENKONTO:**

Bank für Sozialwirtschaft

IBAN: DE23 3702 0500 0008 0901 00

BIC: BFSWDE33XXX

Um unsere Unabhängigkeit zu wahren, nehmen wir keine staatlichen Gelder an. Amnesty finanziert sich aus privaten Spenden und Mitgliedsbeiträgen. Nur so können wir ohne Rücksicht auf Regierungen und andere einflussreiche Institutionen und Gruppen weltweit unsere Menschenrechtsarbeit leisten.

**[WWW.AMNESTY.DE](http://WWW.AMNESTY.DE)**

**AMNESTY**  
INTERNATIONAL

