

# Liv och hälsa ung 2020

*En undersökning i årskurs 7, 9 och år 2 på  
gymnasiet om skolelevers hälsa,  
levnadsvanor och livsvillkor*

SON Lekeberg



SYDNÄRKES  
FOLKHÄLSOTEAM

---

# Fakta om undersökningen 2020

- Anonym skolenkät på länets skolor
- Åk 7, åk 9 samt år 2 på gymnasiet
- Delvis olika frågor beroende på ålder
- Genomförs av Region Örebro län vart tredje år
- Svenska, engelska och teckenspråk
- Svarsfrekvens 78 %
- 7 857 elever

# Fem frågekategorier 2020

- **Dig, din hälsa och din familj;** Bakgrundsfrågor, hälsobakgrund, psykisk hälsa, om föräldrarna
- **Dig och din skola;** Trivsel och åsikter om skolan
- **Delaktighet och inflytande;** Barnkonventionen, påverkan i kommunen, framtiden
- **Trygghet och utsatthet;** Trygghet på olika platser och utsatthet för olika otrygga situationer
- **Levnadsvanor;** Fysisk aktivitet, matvanor, spel (endast åk 9 och år 2), tobak, alkohol, narkotika och doping (endast åk 9 och år 2)



# Skydds- och riskfaktorer

*De skyddsfaktorer som har starkast samband med att må bra är att;*

- känna tillit till någon förälder/vårdnadshavare
- ha en ljus/optimistisk framtidstro
- trivas i skolan/på arbetet

*De starkaste riskfaktorerna är att:*

- ha orolig sömn/sömnsvårigheter
- känna oro för familjens ekonomi



# Dig, din hälsa och din familj



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

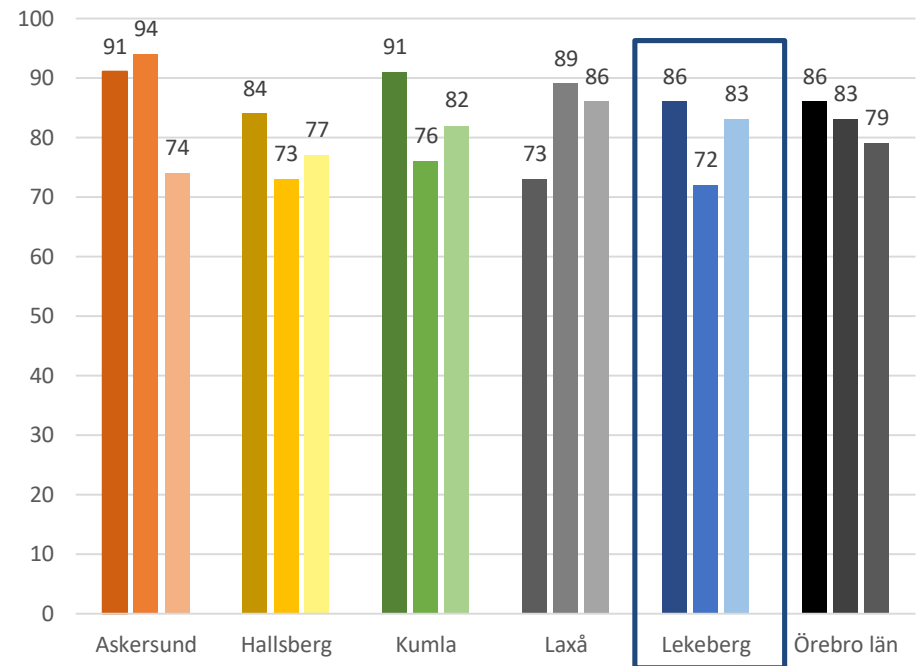
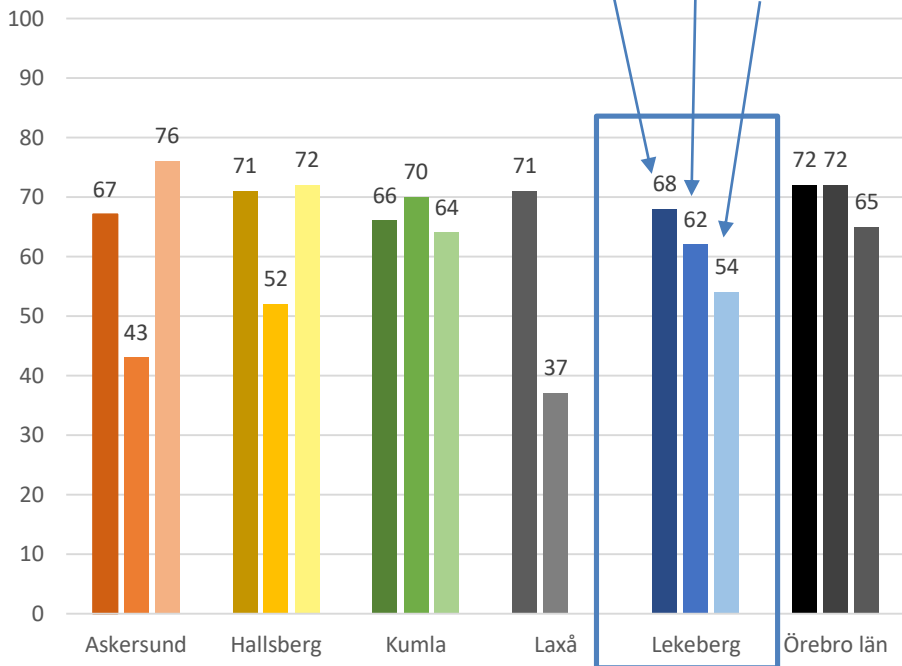
---

# Mår allmänt bra

|            |   |
|------------|---|
| Mörk       | Åk 7  |
| Mellanljus | Åk 9  |
| Ljus       | År 2 gym. (elevens bostadsort enligt enkätsvar) |

Tjejer

Killar



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

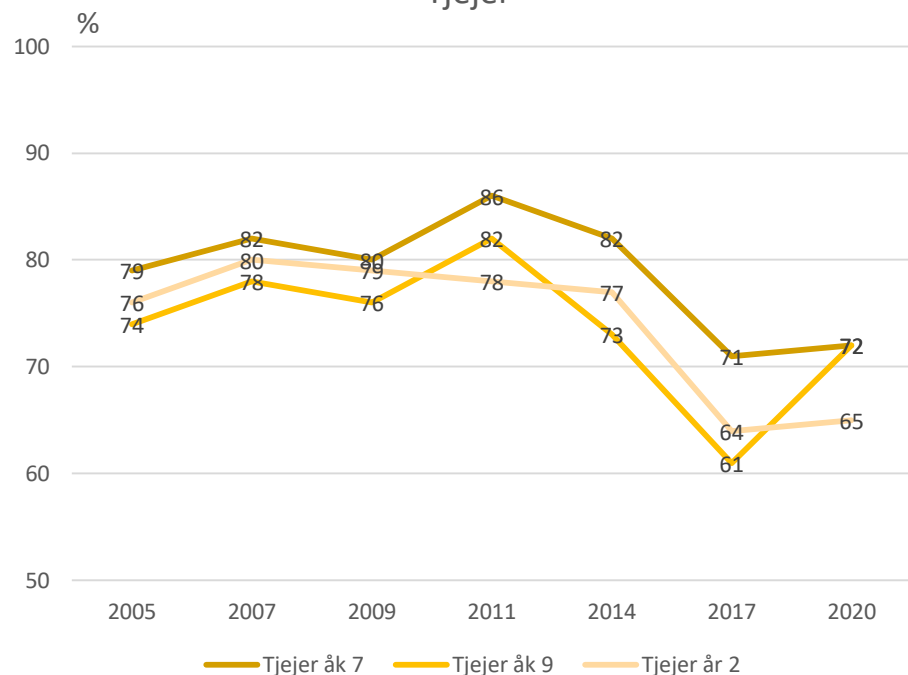
*Hur mår du rent allmänt?*

Procentandel som svarat 'mycket bra/bra' i förhållande till samtliga som svarat på frågan.

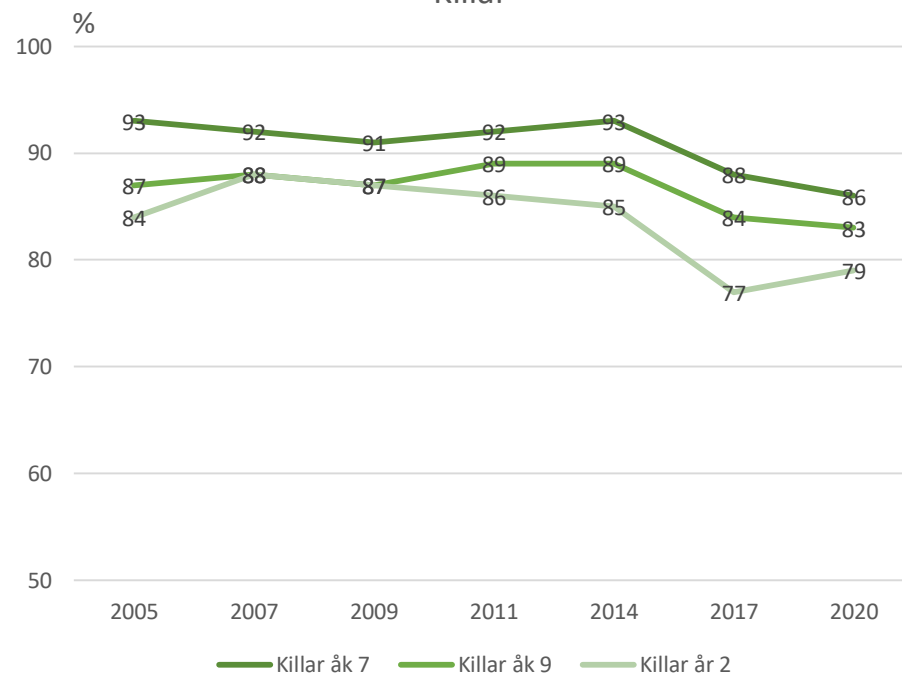
Källa: LHM, 2020

# Mår allmänt bra

## Tjejer



## Killar



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

*Hur mår du rent allmänt?*

Procentandel som svarat 'mycket bra/bra' i förhållande till samtliga som svarat på frågan.

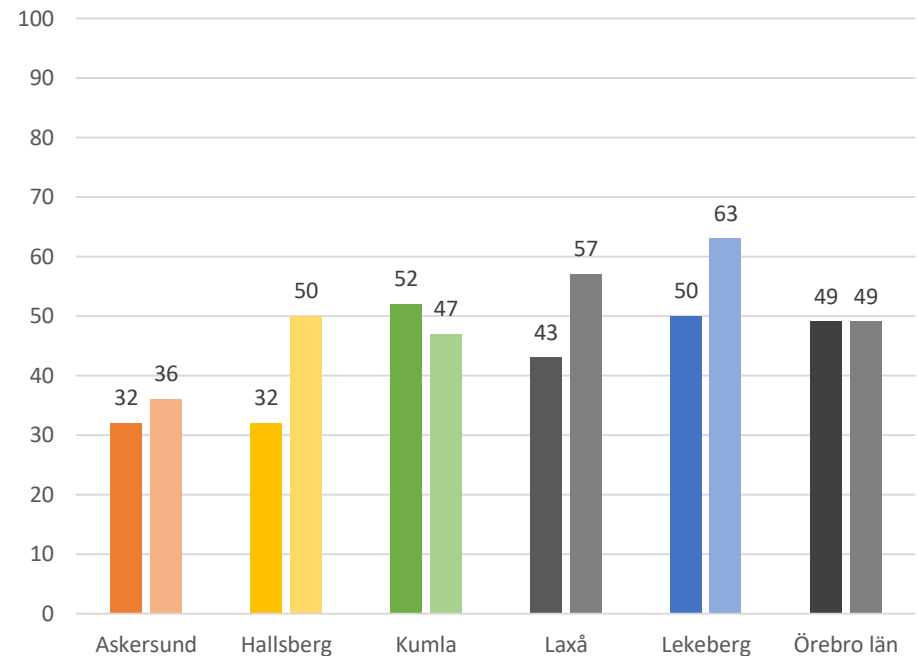
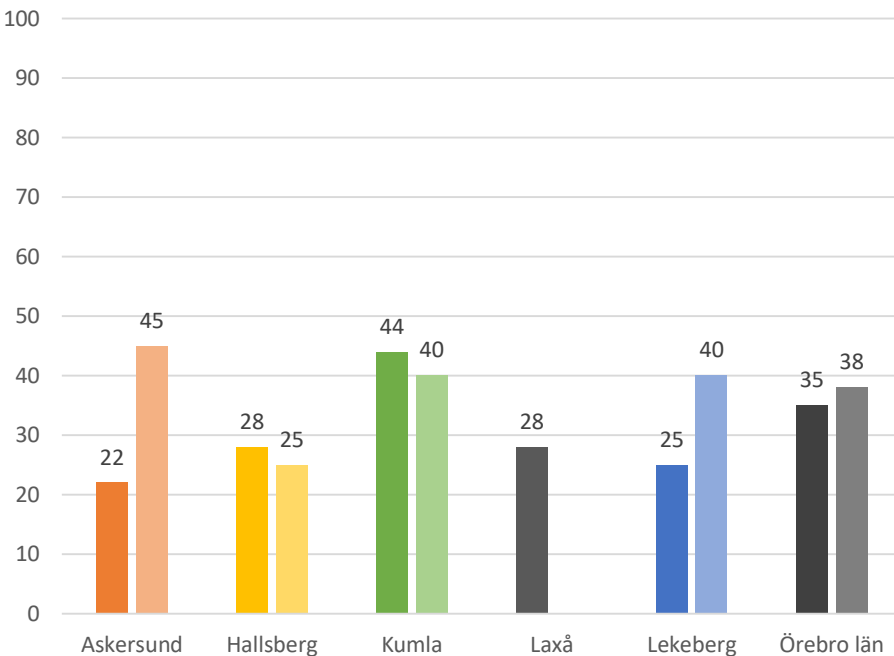
Källa: LHU,  
Örebro län,  
2005- 2020

# Psykiskt välbefinnande

Mellanljus    Åk 9  
Ljus            År 2 gym. (elevens bostadsort enligt enkätsvar)

Tjejer

Killar



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

Psykiskt välbefinnande enligt "Mental Health Continuum - Short Form".

Källa: LHU, 2020

Andel (%) i förhållande till samtliga som svarat på de 14 frågorna: Blomstrande psykisk hälsa

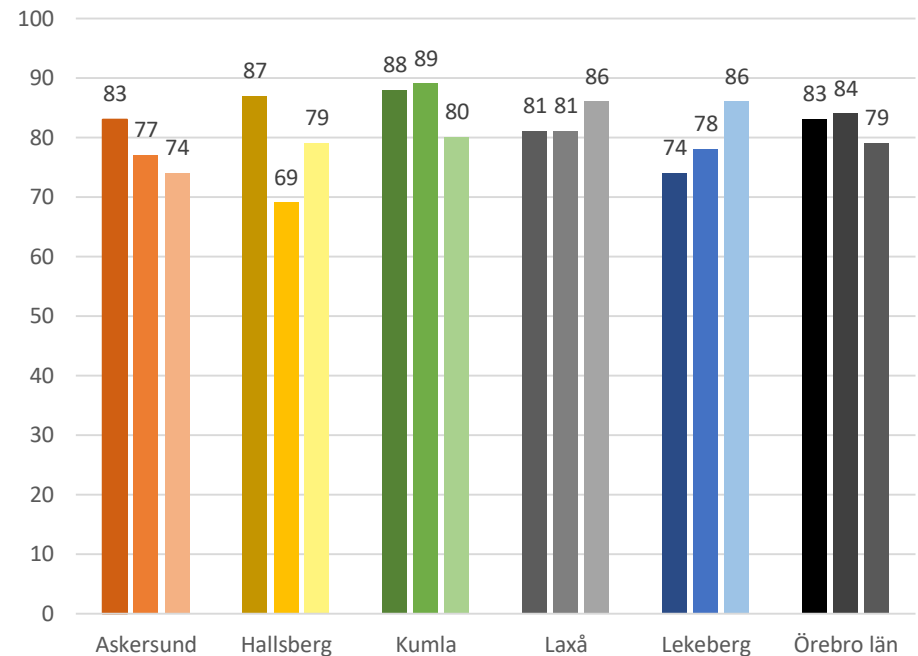
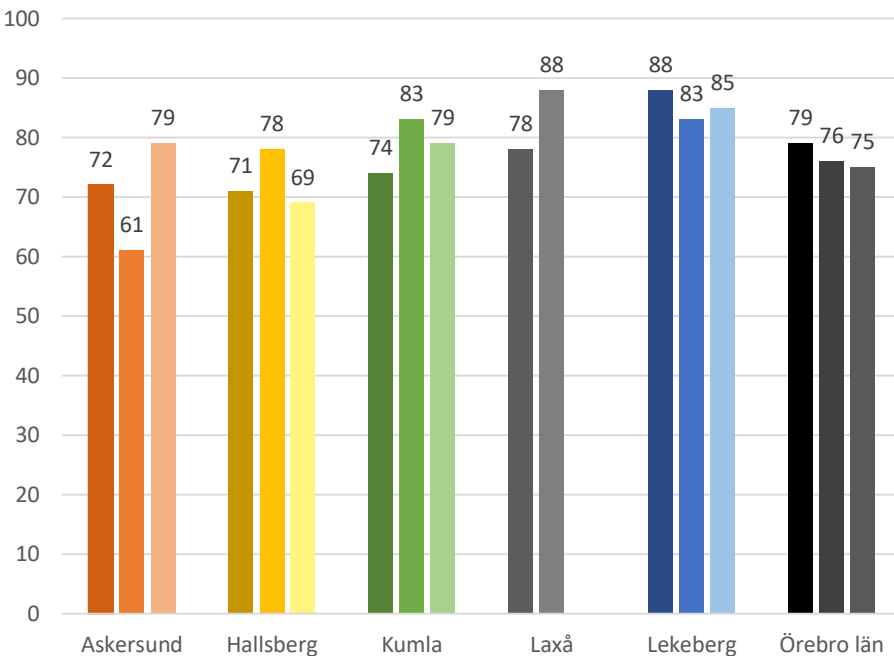


# Ser positivt på framtiden

|            |   |
|------------|---|
| Mörk       | Åk 7  |
| Mellanljus | Åk 9  |
| Ljus       | År 2 gym. (elevens bostadsort enligt enkätsvar) |

## Tjejer

## Killar



**SYDNERKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

*Hur ser du på framtiden för din personliga del?*

Procentandel som svarat 'mycket/ganska ljus' i förhållande till samtliga som svarat på frågan.

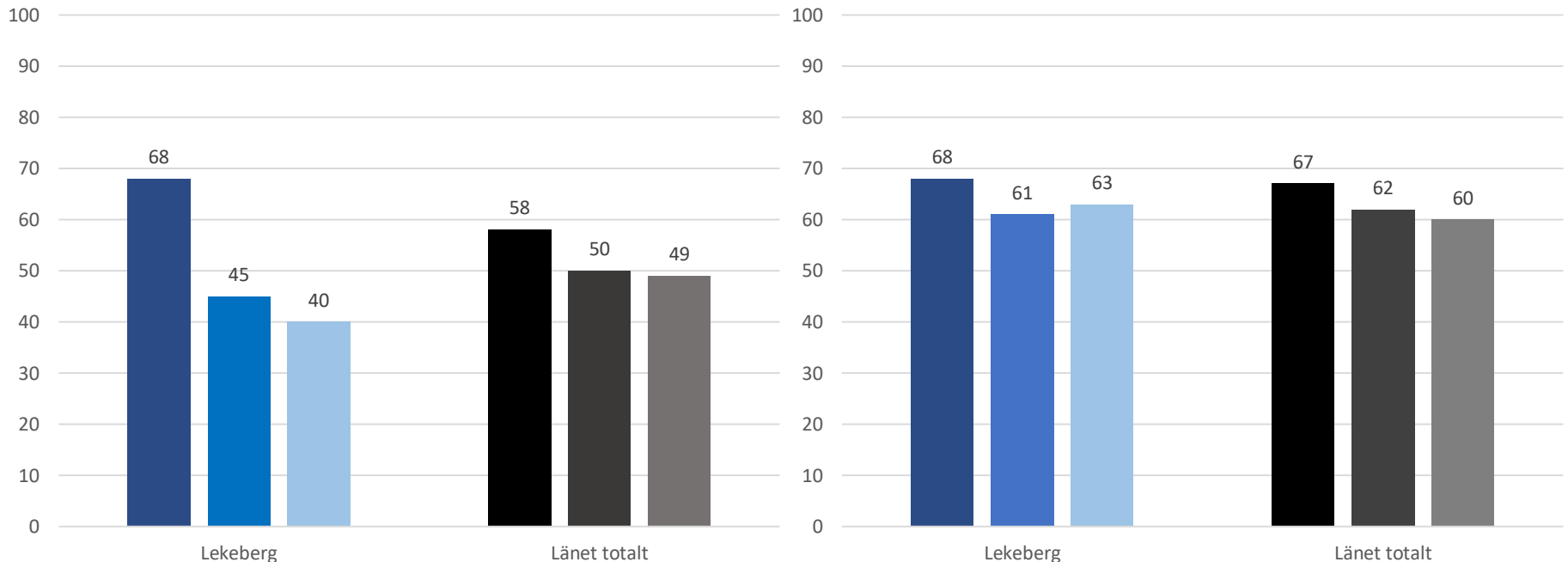
Källa: LHU, 2020

# Socioekonomisk status – inte alls orolig

|            |   |
|------------|---|
| Mörk       | Åk 7  |
| Mellanljus | Åk 9  |
| Ljus       | År 2 gym. (elevens bostadsort enligt enkätsvar) |

Tjejer

Killar



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

Är du orolig för din familjs ekonomi?

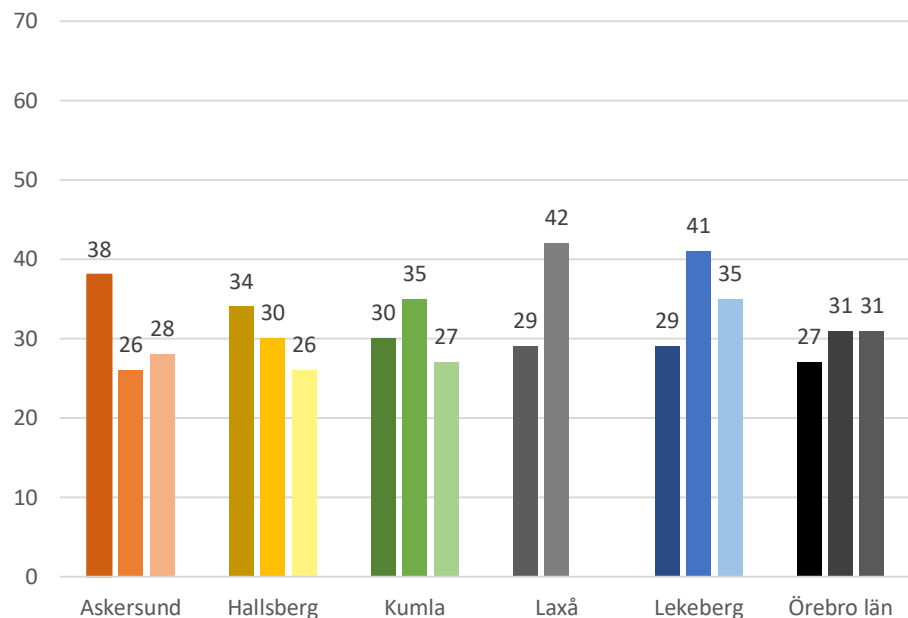
Andel (%) i förhållande till samtliga som svarat på frågan som svarat  
svarsalternativ: Inte alls orolig

Källa: LHU, 2020

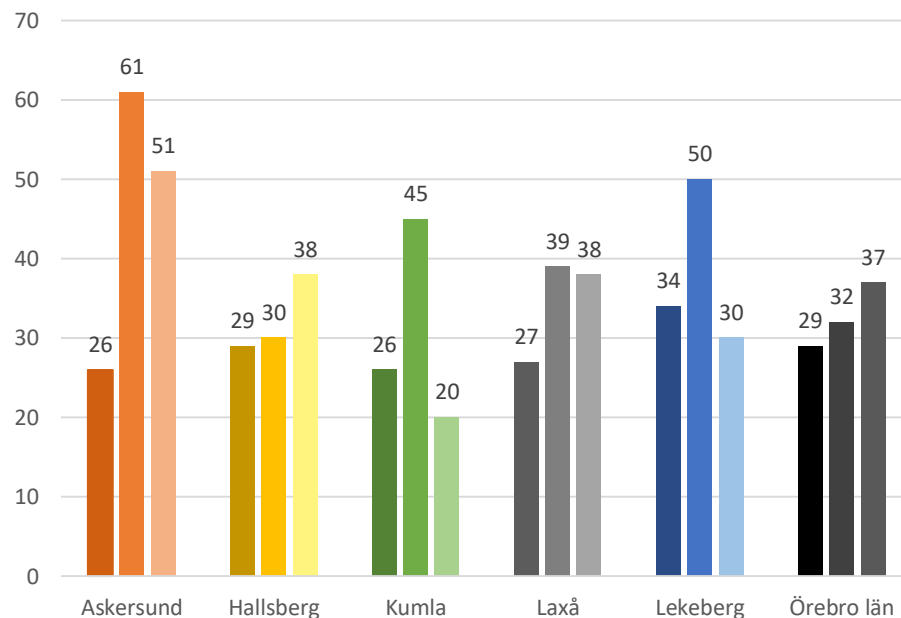
# Besvär av någon funktionsvariation

|            |   |
|------------|---|
| Mörk       | Åk 7  |
| Mellanljus | Åk 9  |
| Ljus       | År 2 gym. (elevens bostadsort enligt enkätsvar) |

Tjejer



Killar



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

Har lätta eller svåra besvär av någon funktionsvariation\*  
Procentandel

Källa: LHM, 2020

# Dig och skolan



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

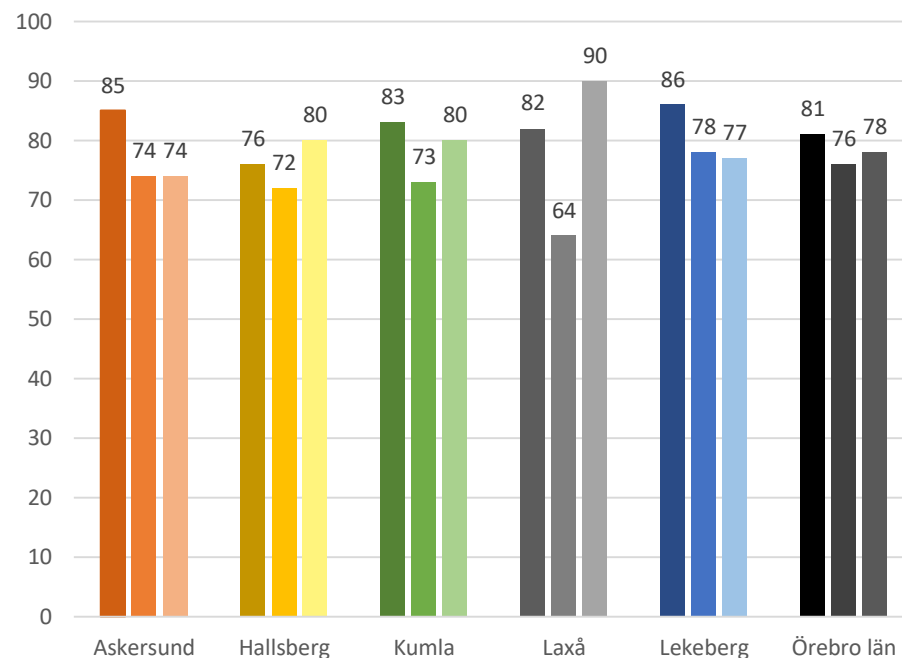
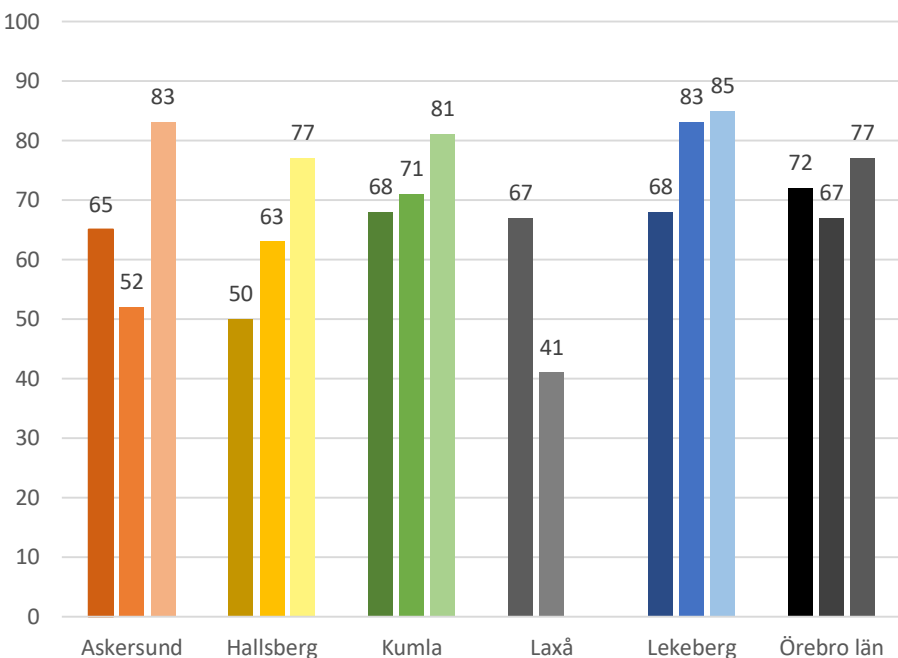


# Trivs bra i skolan

|            |   |
|------------|---|
| Mörk       | Åk 7  |
| Mellanljus | Åk 9  |
| Ljus       | År 2 gym. (elevens bostadsort enligt enkätsvar) |

## Tjejer

## Killar



**SYDNERKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

*Hur trivs du i skolan?*

Procentandel som svarat 'mycket bra/ganska bra' i förhållande till samtliga som svarat på frågan.

Källa: LHU, 2020

# Delaktighet och inflytande



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

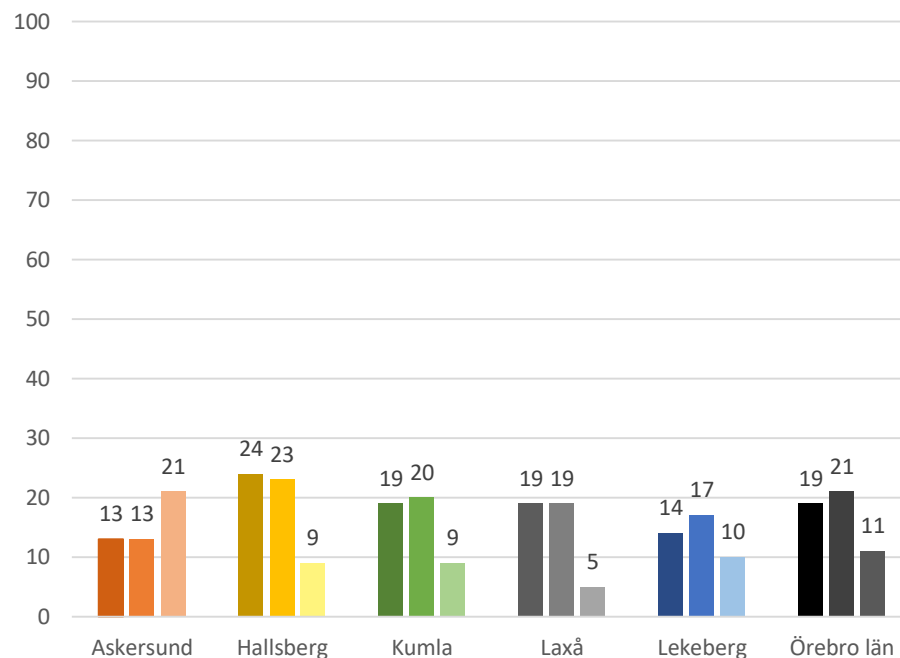
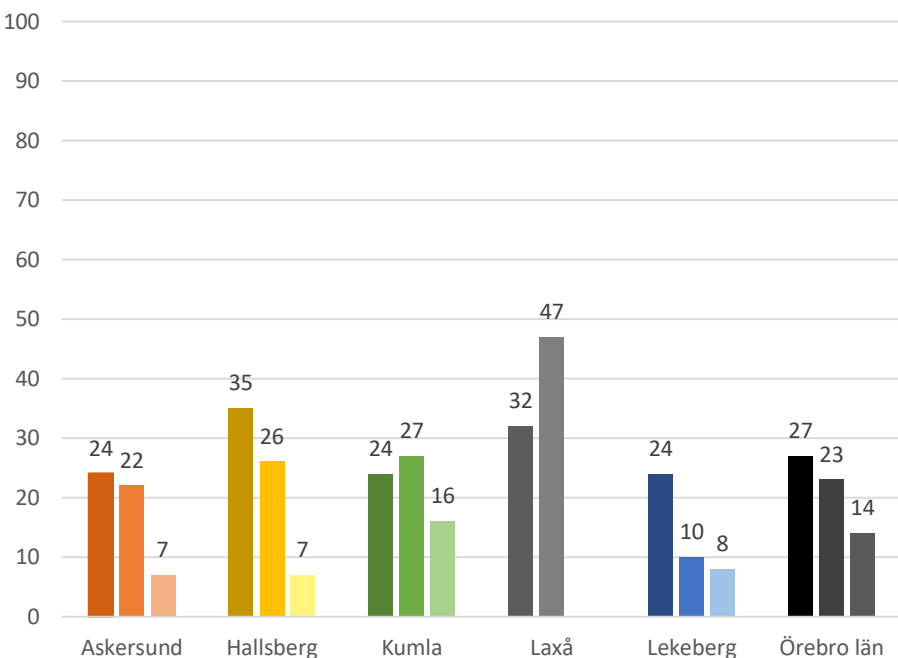
---

# Har blivit utsatt för mobbning eller kränkande behandling i skolan

|            |   |
|------------|---|
| Mörk       | Åk 7  |
| Mellanljus | Åk 9  |
| Ljus       | År 2 gym. (elevens bostadsort enligt enkätsvar) |

Tjejer

Killar



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

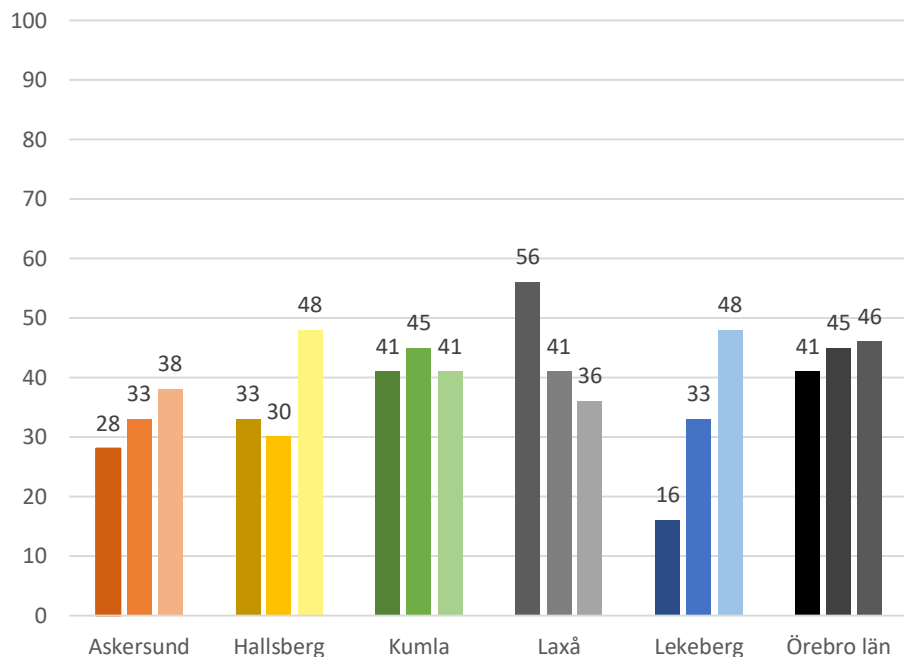
Har du under de senaste 12 månaderna blivit utsatt för mobbning eller kränkande behandling i skolan? Procentandel som svarat 'Ja, en gång/Ja, flera gånger' i förhållande till samtliga som svarat på frågan.

Källa: LHU, 2020

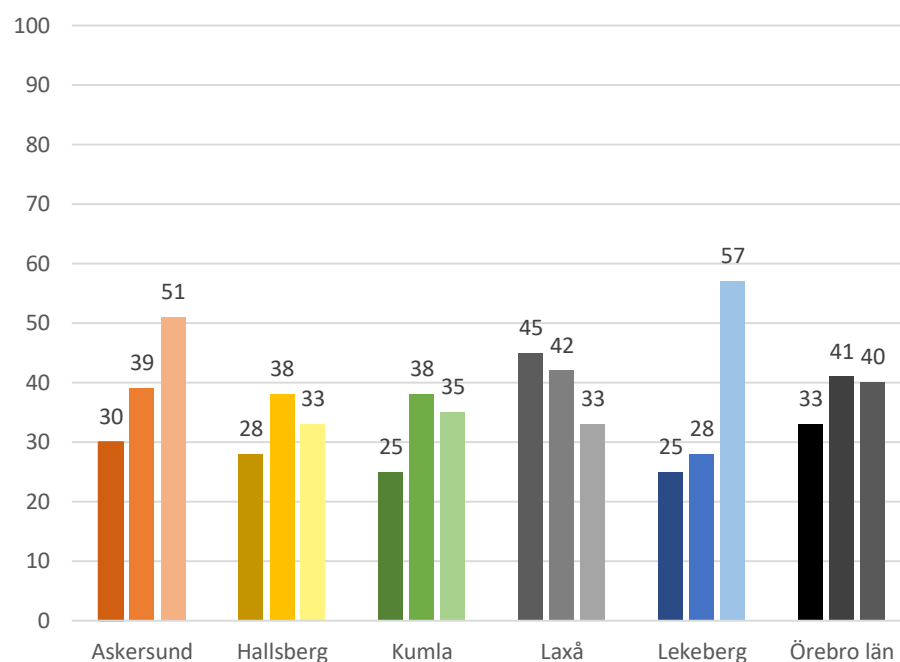
# Vill vara med och påverka i kommunen

|            |   |
|------------|---|
| Mörk       | Åk 7  |
| Mellanljus | Åk 9  |
| Ljus       | År 2 gym. (elevens bostadsort enligt enkätsvar) |

Tjejer



Killar



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

Vill du vara med och påverka i frågor som rör din kommun?

'Procentandel som svarat 'ja' i förhållande till samtliga som svarat på frågan.

Källa: LHU, 2020

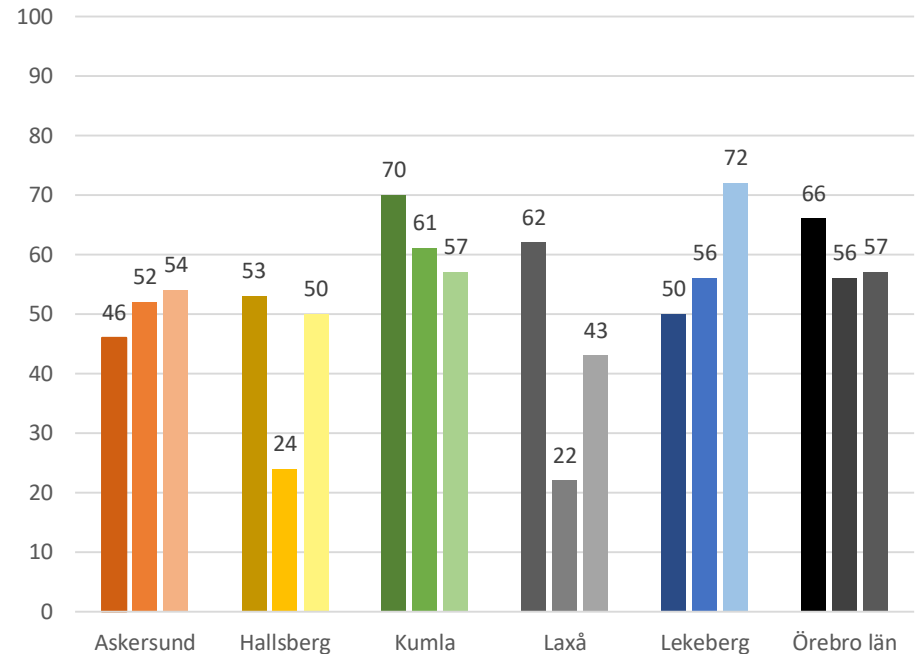
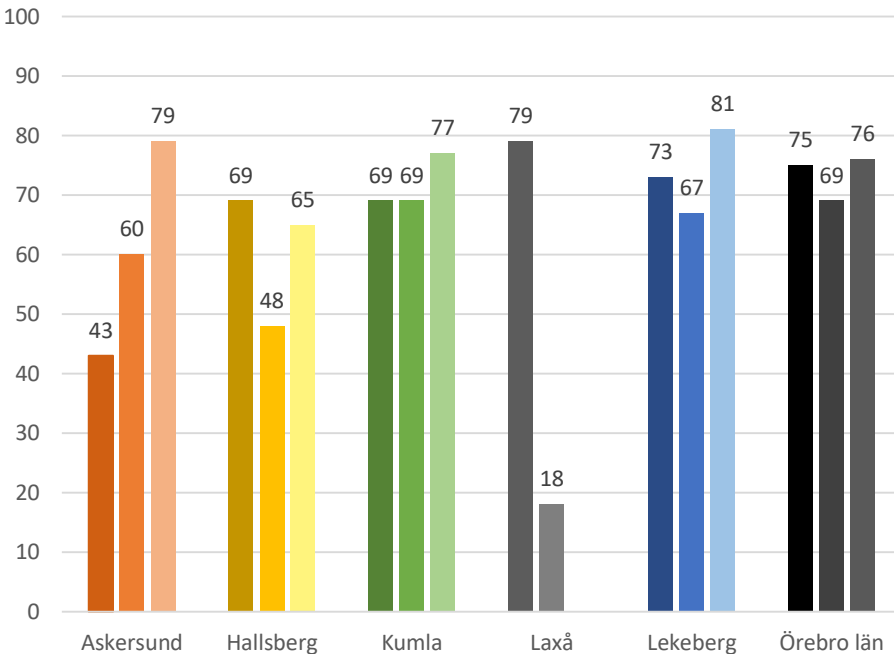


# Känner till barnkonventionen

|            |   |
|------------|---|
| Mörk       | Åk 7  |
| Mellanljus | Åk 9  |
| Ljus       | År 2 gym. (elevens bostadsort enligt enkätsvar) |

Tjejer

Killar



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

Har du hört talas om FN:s konvention om barnets rättigheter  
(barnkonventionen)?

Procentandel som svarat 'ja' i förhållande till samtliga som svarat på frågan.

Källa: LHU, 2020

# Trygghet och utsatthet



SYDNÄRKES  
FOLKHÄLSOTEAM

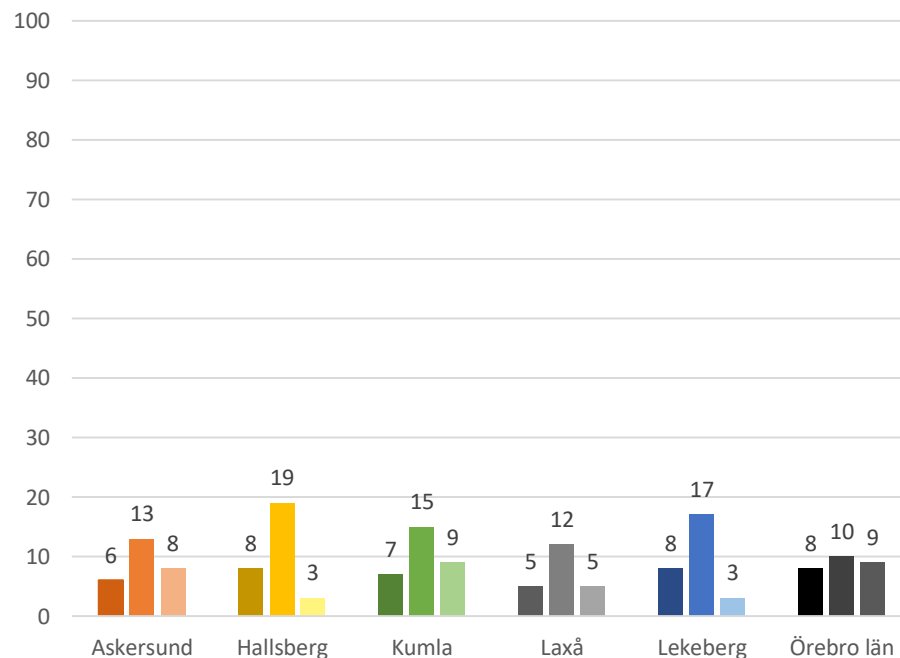
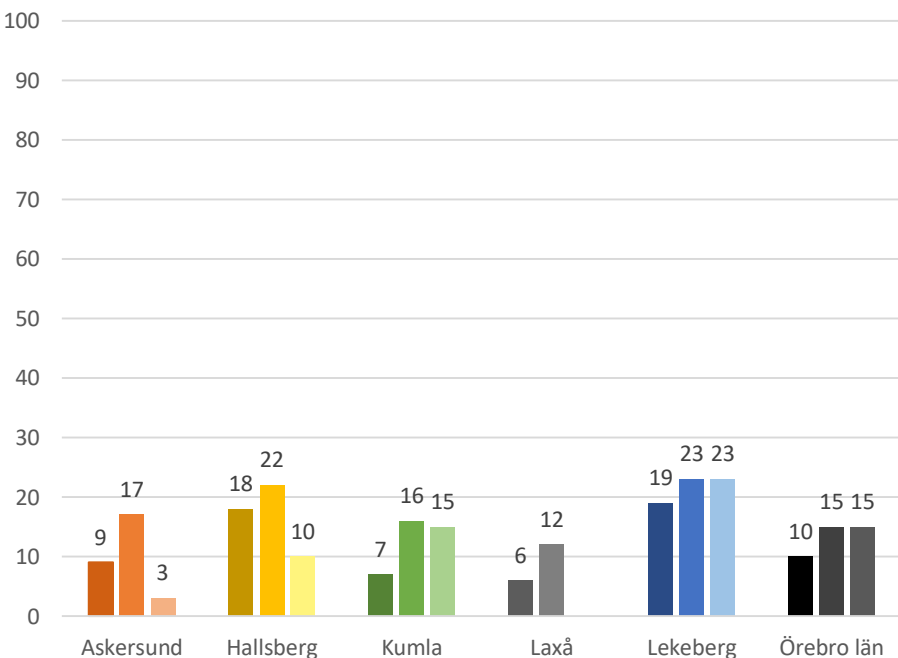
---

# Blivit fysiskt eller psykisk illa behandlad av vuxen

|            |   |
|------------|---|
| Mörk       | Åk 7  |
| Mellanljus | Åk 9  |
| Ljus       | År 2 gym. (elevens bostadsort enligt enkätsvar) |

Tjejer

Killar



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

*Har du någon gång blivit fysiskt eller psykiskt illa behandlad (till exempel slagen eller kränkt) av någon vuxen i din närhet utanför skolan?*

Procentandel som svarat 'Ja, en gång/Ja, flera gånger' i förhållande till samtliga som svarat på frågan.

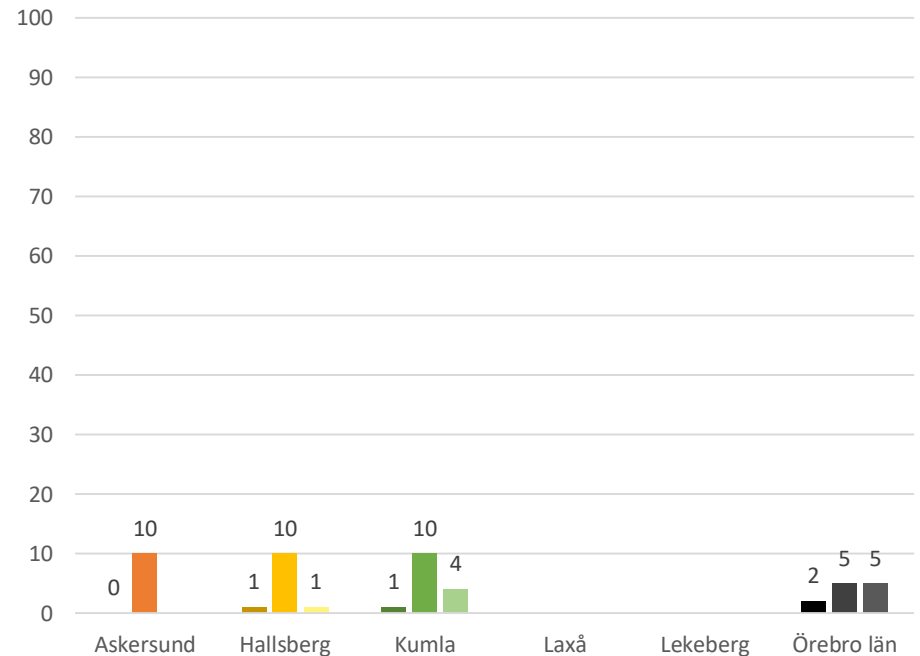
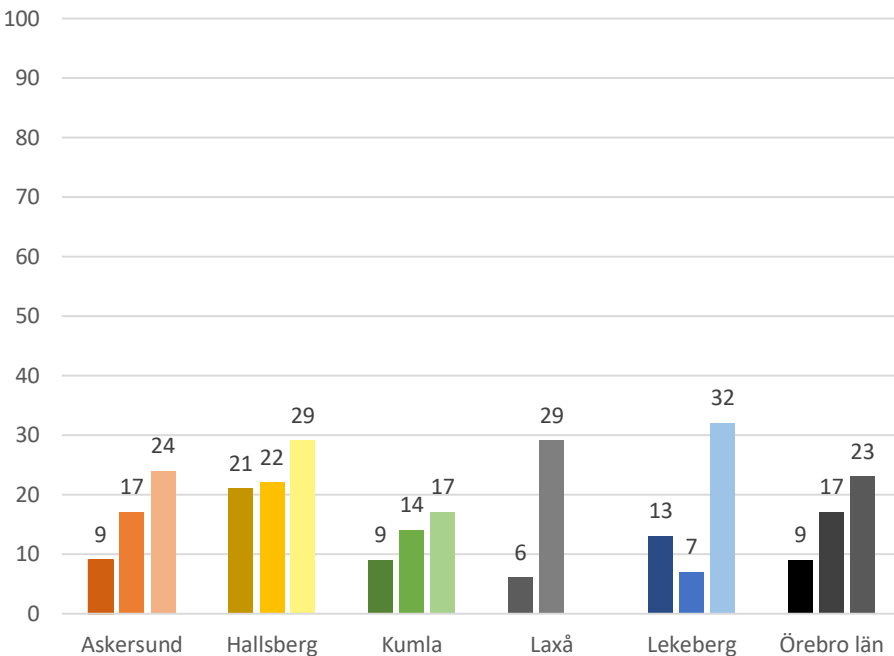
Källa: LHM, 2020

# Har blivit tafsad på

|            |   |
|------------|---|
| Mörk       | Åk 7  |
| Mellanljus | Åk 9  |
| Ljus       | År 2 gym. (elevens bostadsort enligt enkätsvar) |

Tjejer

Killar



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

*Har någon tafsad på dig eller tvingat dig att ta på dem på ett sexuellt sätt?*  
Procentandel som svarat 'ja, minst en gång' i förhållande till samtliga som svarat på frågan.

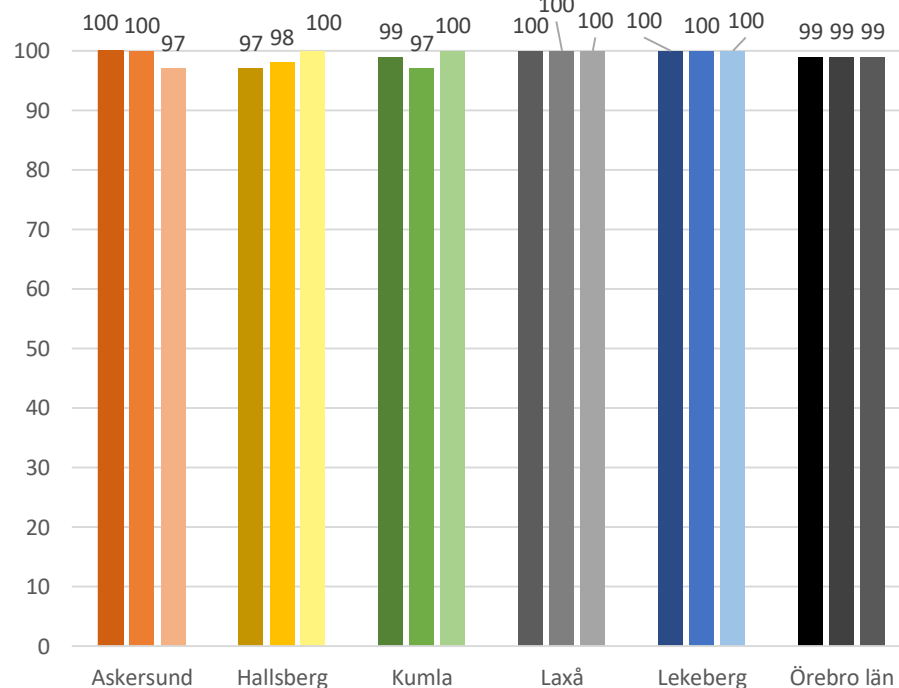
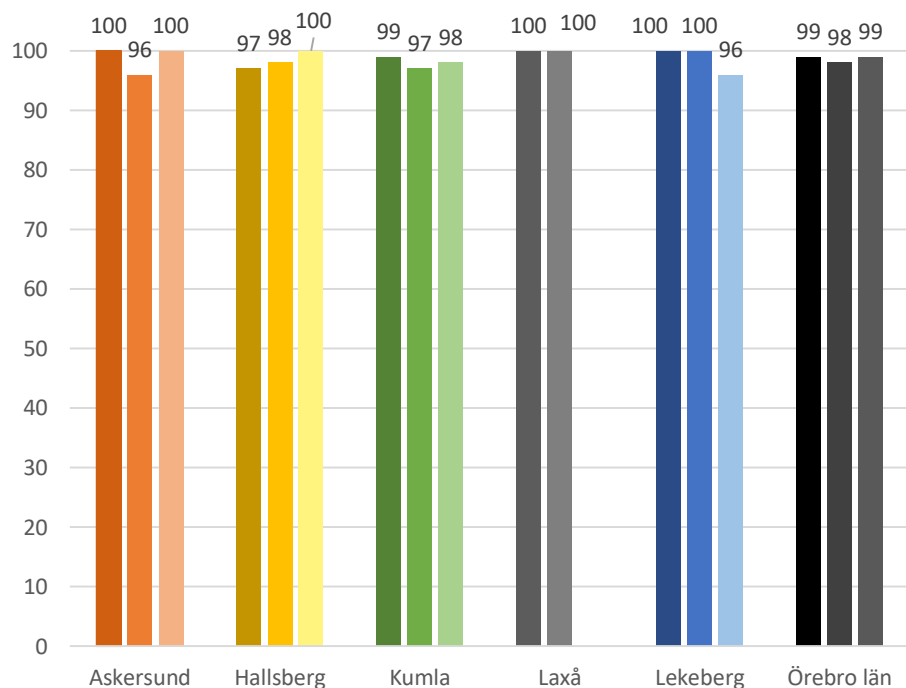
Källa: LHU, 2020

# Känner sig trygg i hemmet

Mörk      Åk 7  
Mellanljus      Åk 9  
Ljus      År 2 gym. (elevens bostadsort enligt enkätsvar)

## Tjejer

## Killar



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

*Känner du dig trygg i hemmet?*

Procentandel som svarat 'Ja, alltid/Ja, oftast' i förhållande till samtliga som svarat på frågan.

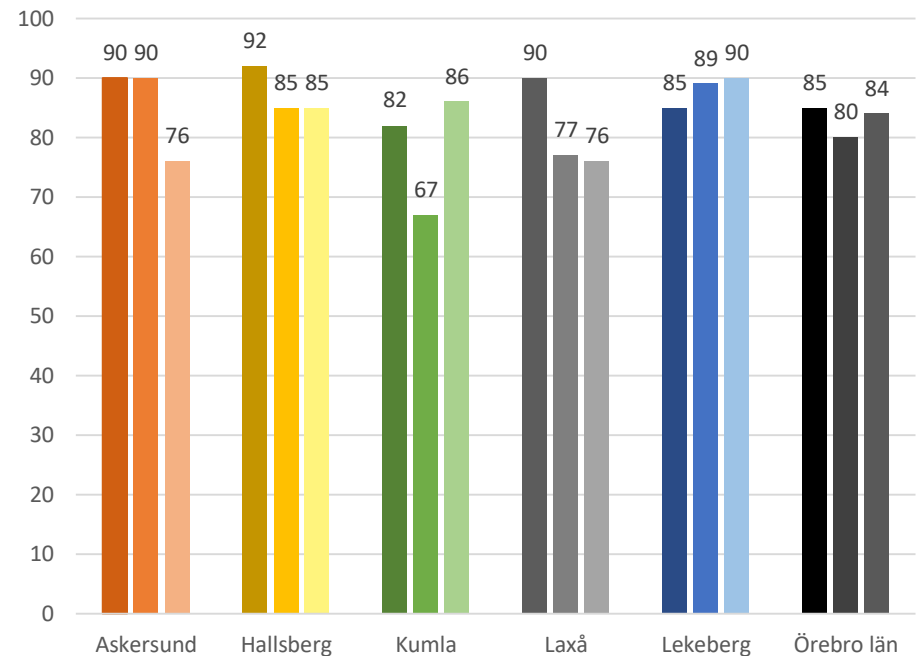
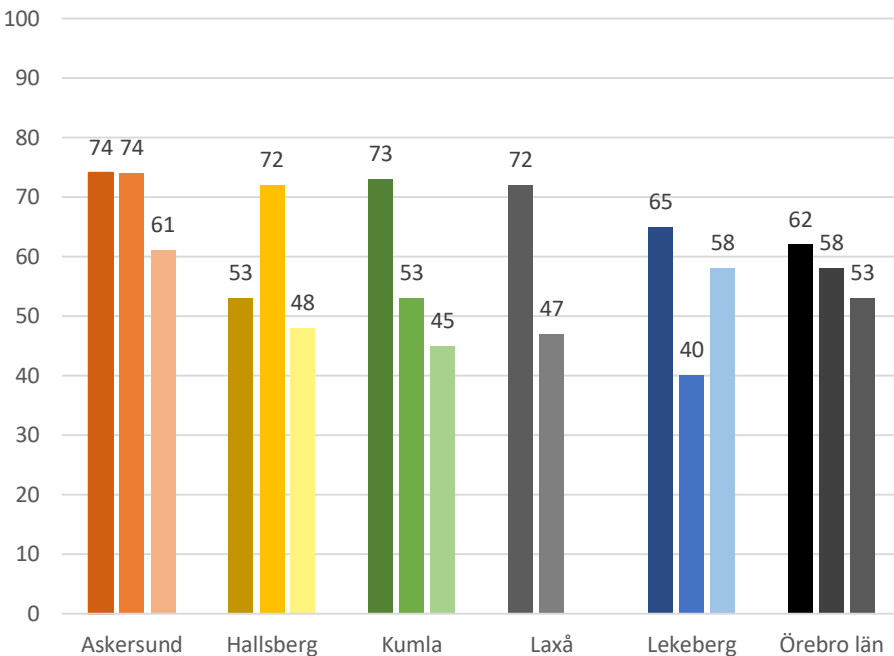
Källa: LHU, 2020

# Känner sig trygg på allmän plats – Kvällen/natten

|            |   |
|------------|---|
| Mörk       | Åk 7  |
| Mellanljus | Åk 9  |
| Ljus       | År 2 gym. (elevens bostadsort enligt enkätsvar) |

Tjejer

Killar



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

*Känner du dig trygg ute på stan, på allmän plats på kvällen/natten?*  
Procentandel som svarat 'Ja, alltid/Ja, oftast' i förhållande till samtliga som svarat på frågan.

Källa: LHU, 2020

# Levnadsvanor



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

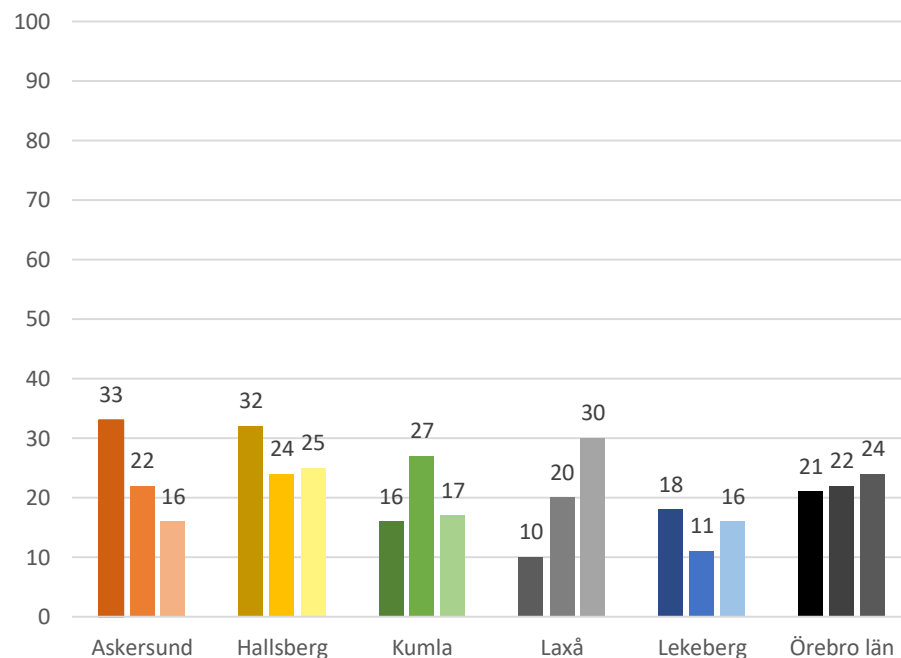
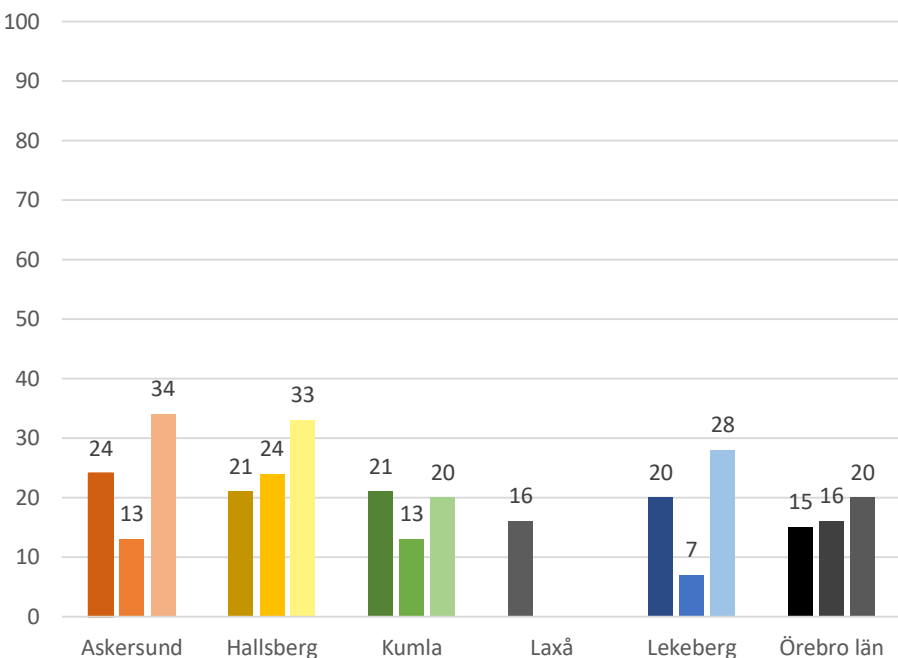


# BMI – övervikt och fetma

|            |   |
|------------|---|
| Mörk       | Åk 7  |
| Mellanljus | Åk 9  |
| Ljus       | År 2 gym. (elevens bostadsort enligt enkätsvar) |

## Tjejer

## Killar



**SYDNERKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

BMI utifrån angiven vikt och längd  
Procentandel som har ett BMI >25 (övervikt och fetma)

Källa: LHU, 2020

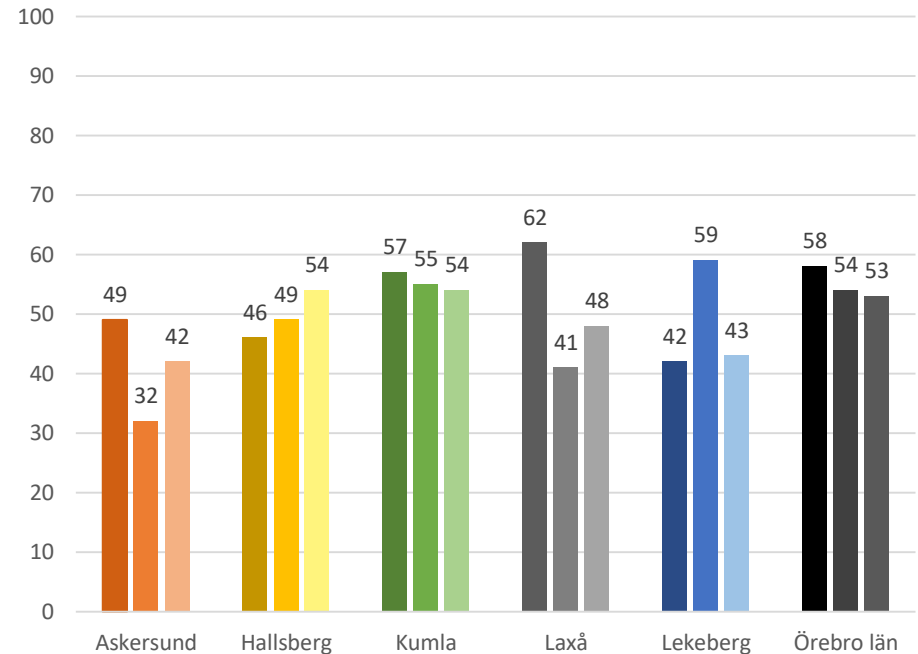
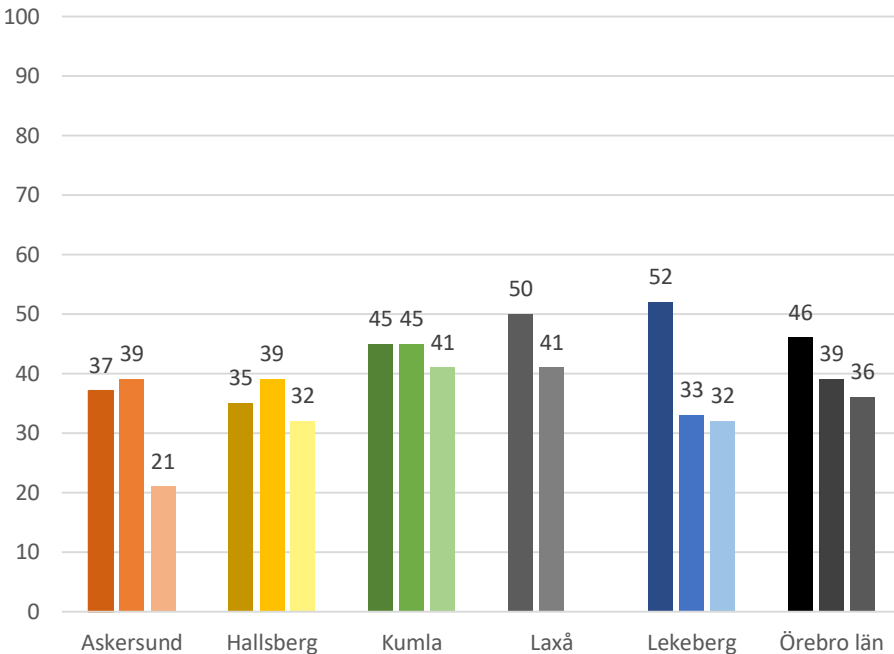


# Rör på sig mer än 60 min/dag

|            |   |
|------------|---|
| Mörk       | Åk 7  |
| Mellanljus | Åk 9  |
| Ljus       | År 2 gym. (elevens bostadsort enligt enkätsvar) |

Tjejer

Killar



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

*Hur mycket rör du dig i snitt per dag, tex. går, cyklar eller idrottar*  
Procentandel som svarat '60 minuter eller mer' i förhållande till samtliga som svarat på frågan.

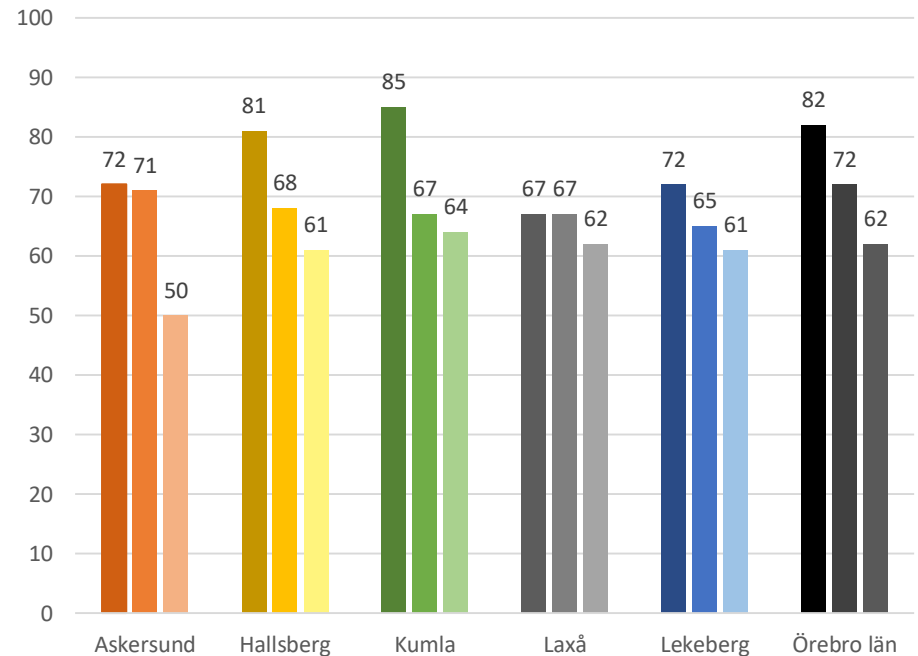
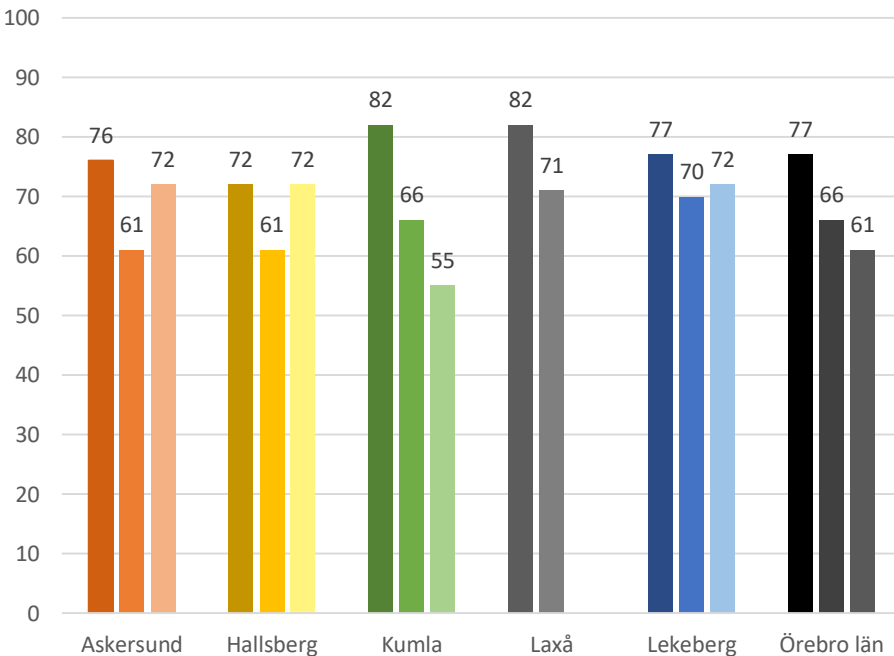
Källa: LHM, 2020

# Sover tillräckligt

|            |   |
|------------|---|
| Mörk       | Åk 7  |
| Mellanljus | Åk 9  |
| Ljus       | År 2 gym. (elevens bostadsort enligt enkätsvar) |

Tjejer

Killar



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

Andel som uppger att de sover 7 timmar eller mer per natt på vardagar  
Procentandel som svarat 'sover tillräckligt' i förhållande till samtliga som svarat på frågan.

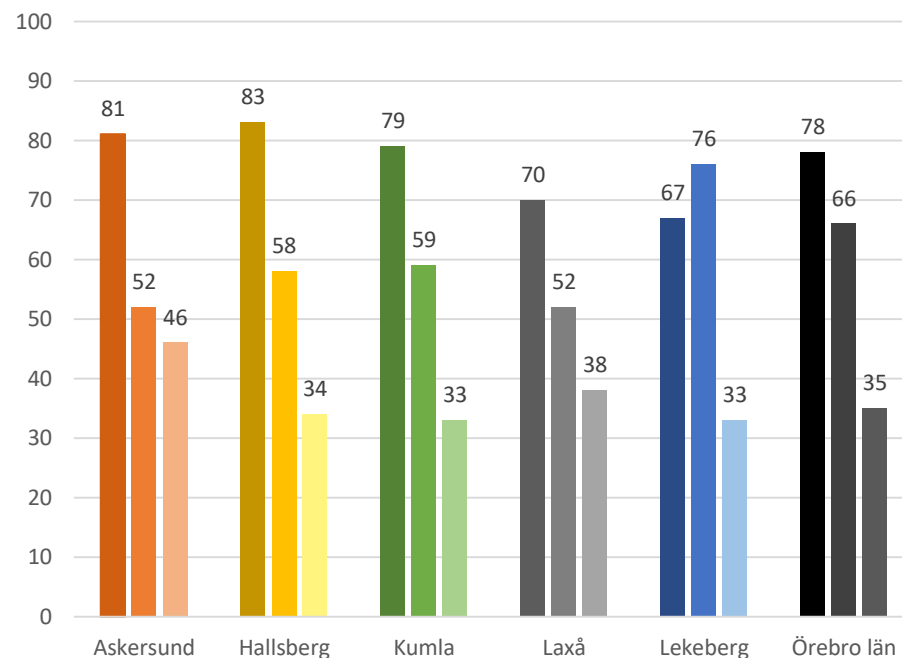
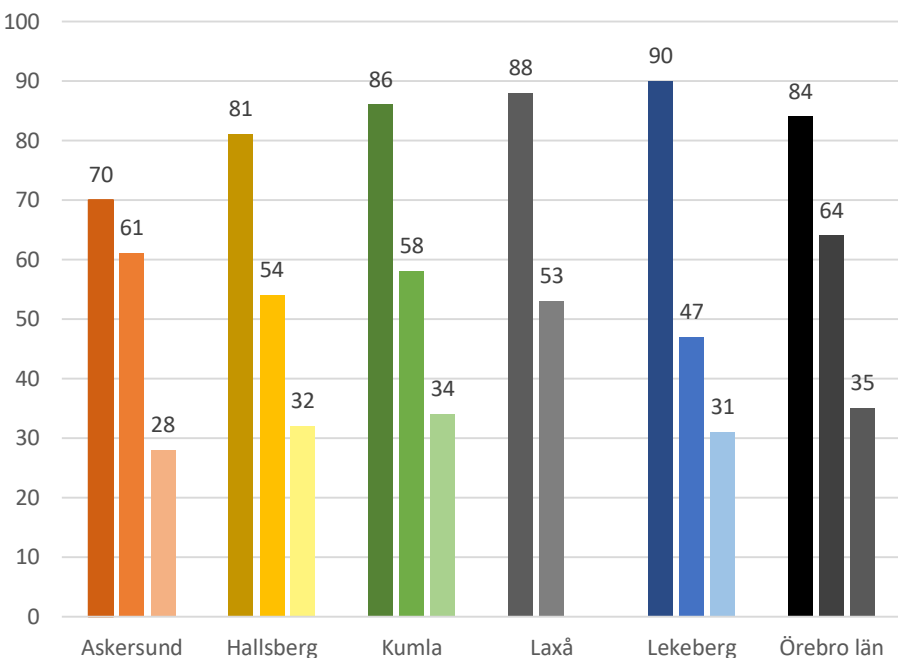
Källa: LHU, 2020

# Har aldrig druckit alkohol

|            |   |
|------------|---|
| Mörk       | Åk 7  |
| Mellanljus | Åk 9  |
| Ljus       | År 2 gym. (elevens bostadsort enligt enkätsvar) |

## Tjejer

## Killar



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

*Har du någon gång druckit alkohol?*

Procentandel som svarat 'Nej' i förhållande till samtliga som svarat på frågan.

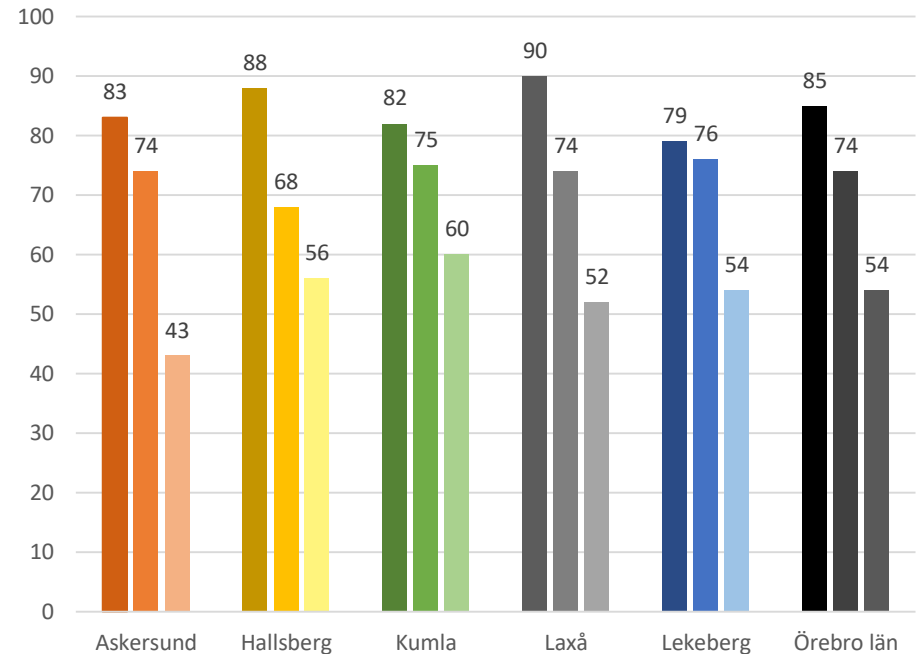
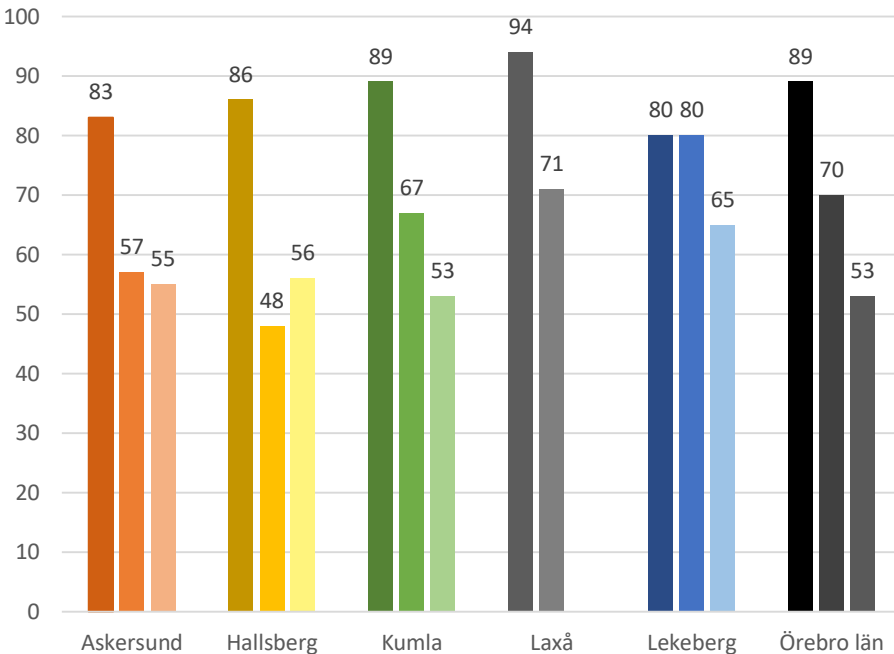
Källa: LHU, 2020

# Har aldrig rökt

|            |   |
|------------|---|
| Mörk       | Åk 7  |
| Mellanljus | Åk 9  |
| Ljus       | År 2 gym. (elevens bostadsort enligt enkätsvar) |

## Tjejer

## Killar



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

*Röker du?*

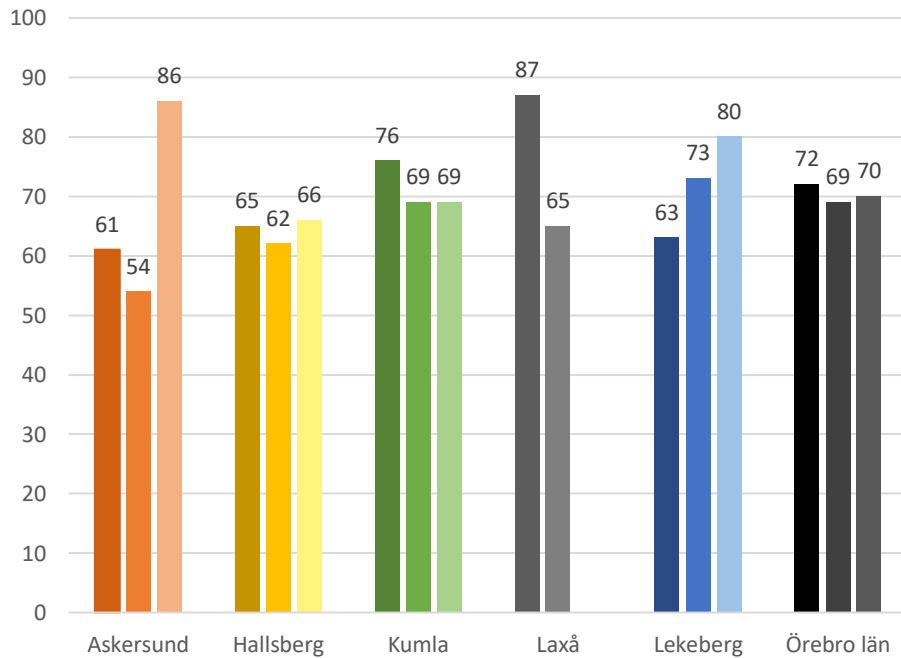
Procentandel som svarat 'Har aldrig rökt' i förhållande till samtliga som svarat på frågan.

Källa: LHU, 2020

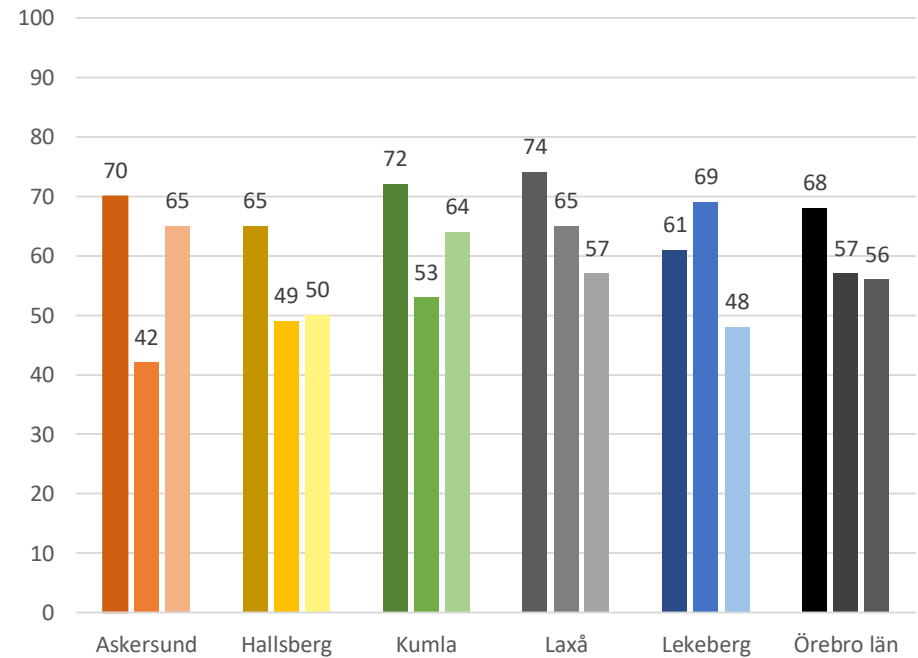
# Attityd till narkotika

|            |   |
|------------|---|
| Mörk       | Åk 7  |
| Mellanljus | Åk 9  |
| Ljus       | År 2 gym. (elevens bostadsort enligt enkätsvar) |

Tjejer



Killar



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

*Det är bra att användandet av narkotika är olagligt.*

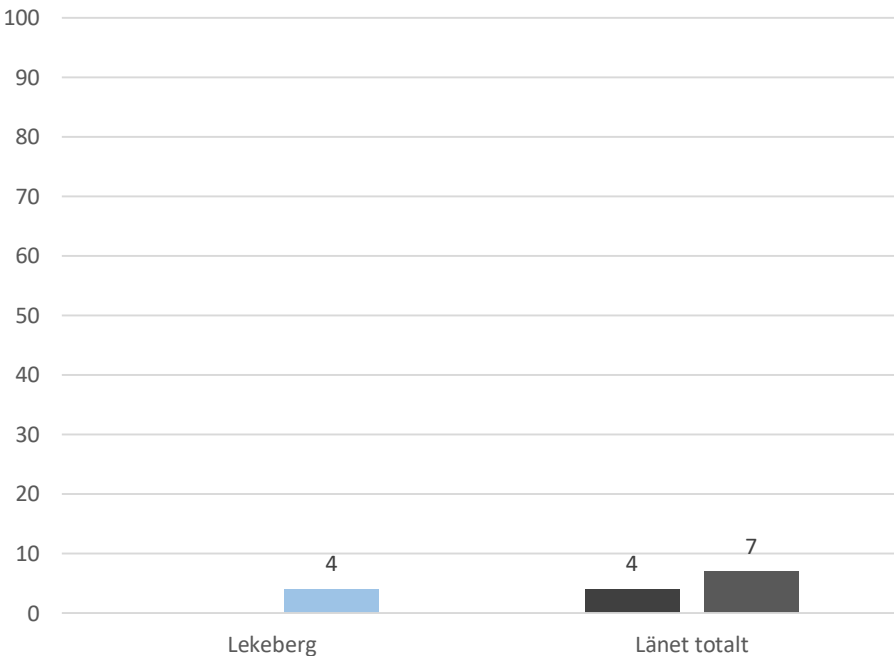
Procentandel som svarat 'Håller helt med' i förhållande till samtliga som svarat på frågan.

Källa: LHU, 2020

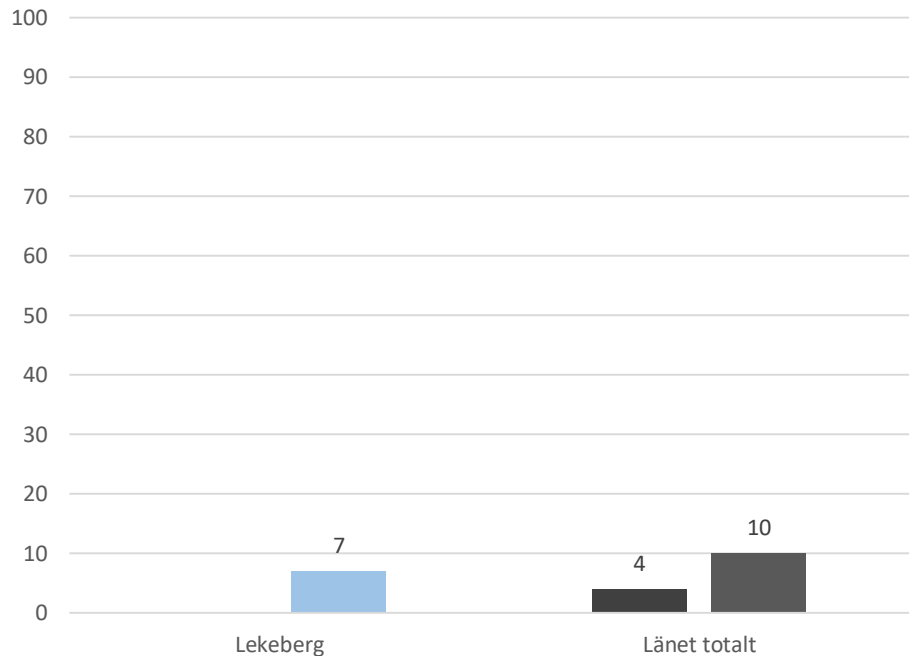
# Har provat narkotika

Mellanljus Åk 9  
Ljus År 2 gym. (elevens bostadsort enligt enkätsvar)

## Tjejer



## Killar



**SYDNÄRKES**  
FOLKHÄLSOTEAM

*Har du någon gång använt narkotika?*

Procentandel som svarat "Ja, under de senaste 30 dagarna / Ja, under de senaste 12 månaderna / Ja, för mer än 12 månader sedan" i förhållande till samtliga som svarat på frågan.

Källa: LHU, 2020

# Digitalt analysverktyg

- *Region Örebro läns webbplats:*  
[www.regionorebrolan.se/livohalsaung](http://www.regionorebrolan.se/livohalsaung)
- *Interaktiv rapport:*  
<https://app.powerbi.com/view?r=eyJrljoiOGFhN2NmMzUtMjA5NC00NGUxLThhYWltZGQ3ZWU3OWQ0YTczliwidCI6ImFIY2U1YjE5LTgyMjctNGMyNy04MjE4LTZhZWVxMjBlYzA2MjI5LmMiOiI6h9>

