

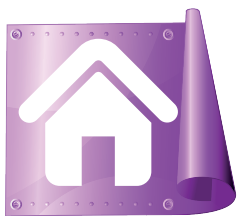
# Hälsoenkät



Elevens namn: \_\_\_\_\_

Klass: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

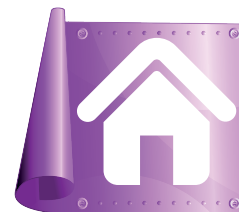


## Skola/Arbetsmiljö

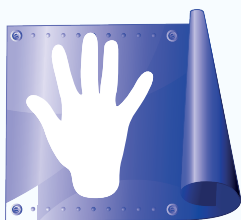
Vad tycker du om...				Kommentar
Klassrummen	Bra	Sådär	Dåligt	
Skolgården	Bra	Sådär	Dåligt	
Gymnastiksalen	Bra	Sådär	Dåligt	
Duscharna vid gymnastiksalen	Bra	Sådär	Dåligt	
Toaletterna	Bra	Sådär	Dåligt	
Matsalen/Mat-platsen	Bra	Sådär	Dåligt	

Hur kommer du till skolan?	Går	Åker buss	Skolskjuts	Skjuts av föräldrar
Vad är roligast i skolan?				
Vad gör du på rasterna?				

# Skola/Arbetsmiljö



Fortsättning Skola/Arbetsmiljö				Kommentar
Hör du bra i klassrummet?	Ja	Nej	Ibland	
Ser du bra i klassrummet?	Ja	Nej	Ibland	
Hur är skolarbetet?	Lätt	Svårt	Lagom	
Hittar du i skolan?	Ja	Nej	Ibland	
Kan du komma från ditt klassrum till andra ställen i skolan? Exempelvis matsal, slöjdsal, gymnastiksal	Ja	Nej	Ibland	
Får du tillräckligt med hjälp i skolan?	Ja	Nej	Ibland	



# Kamrater

Har du...				Kommentar
Har du kompisar i skolan?	Ja	Nej	Ibland	
Har du någon "bästis" i skolan?	Ja	Nej	Ibland	
Har du blivit retad i skolan av elever?	Ja	Nej	Ibland	
Har du blivit retad i skolan av vuxna?	Ja	Nej	Ibland	
Har någon slagit dig?	Ja	Nej	Ibland	
Har du blivit ledsen av något som en elev eller vuxen har gjort mot dig?	Ja	Nej	Ibland	
Har du retat någon?	Ja	Nej	Ibland	
Vem kan du prata med om viktiga saker exempelvis om du blir ledsen när någon inte har varit snäll mot dig?	Här kan du skriva namn:			
Vad gör du när skolan slutar för dagen?	Går hem	Fritids	Träffar kompisar	Annat

# Fritid/Fysisk aktivitet

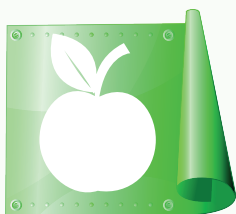


Tycker du om att...				Kommentar
Cykla	Ja	Nej	Ibland	
Dansa	Ja	Nej	Ibland	
Springa	Ja	Nej	Ibland	
Simma	Ja	Nej	Ibland	
Rida	Ja	Nej	Ibland	
Spela boll	Ja	Nej	Ibland	
Promenera	Ja	Nej	Ibland	
Sjunga	Ja	Nej	Ibland	
Måla	Ja	Nej	Ibland	
Annat?				

# Fritid/Fysisk aktivitet



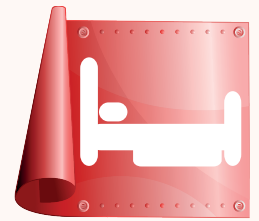
Fortsättning Fritid/Fysisk aktivitet				Kommentarer
Är du med i gymnastiken i skolan?	Ja	Nej	Ibland	
Använder du dator?	Ja	Nej	Ibland	
Använder du mobiltelefon?	Ja	Nej	Ibland	
Tittar du på TV varje dag?	Ja	Nej	Ibland	



## Matvanor

				Kommentar
Äter du frukost varje dag?	Ja	Nej	Ibland	
Äter du skolmaten varje dag?	Ja	Nej	Ibland	
Äter du middag varje dag?	Ja	Nej	Ibland	
Äter du mellanmål varje dag?	Ja	Nej	Ibland	
Äter du frukt varje dag?	Ja	Nej	Ibland	
Äter du grönsaker varje dag?	Ja	Nej	Ibland	
Äter du godis varje dag?	Ja	Nej	Ibland	
Dricker du saft/läsk varje dag?	Ja	Nej	Ibland	

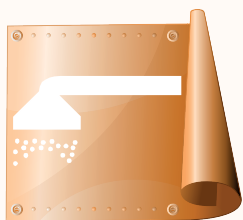
# Hur mår du?



				Kommentar
Hur mår du?	Bra	Sådär	Dåligt	
Är du nöjd med dig själv?	Ja	Nej	Ibland	
Sover du gott på natten?	Ja	Nej	Ibland	
När går du och lägger dig på kvällen när du ska till skolan nästa morgon?	Klockan _____			
När går du upp på morgon?	Klockan _____			

Har du ont i huvudet?	Ja	Nej	Ibland	
Har du ont i magen?	Ja	Nej	Ibland	
Har du ont någon annanstans i kroppen?	Ja	Nej	Ibland	
Använder du värktabletter när du har ont?	Ja	Nej	Ibland	
Vill du fråga/berätta något om din kropp, känslor eller kärlek?				





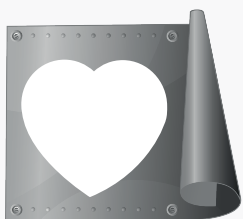
## Din praktiska vardag

				Kommentar
Duschar eller badar du varje vecka hemma eller i skolan?	Ja	Nej	Ibland	
Behöver du hjälp med kläderna i skolan? (klä av eller klä på)	Ja	Nej	Ibland	
Behöver du hjälp med maten i skolan?	Ja	Nej	Ibland	
Behöver du hjälp med toalettbesök i skolan?	Ja	Nej	Ibland	
Kan du laga mellanmål själv?	Ja	Nej	Ibland	

# Tobak och Alkohol



				Kommentar
Röker du?	Ja	Nej	Ibland	
Snusar du?	Ja	Nej	Ibland	
Har du smakat på alkohol? Exempelvis öl, vin, cider	Ja	Nej		
Har någon bjudit dig på något att dricka eller en tablett som du inte vetat vad det varit?	Ja	Nej		



## Pubertetsutveckling/Sexuell hälsa

Till pojkar			Kommentarer
Kan du dra tillbaka förhuden?	Ja	Nej	
Har du båda testiklarna i pungen?	Ja	Nej	

Till flickor			Kommentarer
Har du fått mens?	Ja	Nej	
Har du ont och behöver ta värktabletter, när du har mens?	Ja	Nej	

Sexuell hälsa			Kommentarer
Har du fått undervisning om sex- och samlevnad i skolan?	Ja	Nej	
Har du funderingar/oro/besvär gällande ditt könsorgan?	Ja	Nej	
Känner du till hur du skyddar dig mot sexuellt överförbara sjukdomar/könssjukdomar?	Ja	Nej	
Vill du fråga/berätta något om din kropp, känslor eller kärlek?			