

# Børne- og ungesundhedsprofil **2025**

En undersøgelse af børn og unges  
sundhed, trivsel og risikoadfærd



Svendborg  
Kommune



## Forord

Børn og unges trivsel og sundhed er en højt prioriteret opgave i Svendborg Kommune. Med denne Børne- og ungesundhedsprofil får vi et samlet og aktuelt billede af, hvordan vores børn og unge har det – både når det gælder trivsel, fællesskaber og sundhedsvaner.

Sundhedsprofilen bygger på børn og unges egne besvarelser og giver dermed et vigtigt indblik i deres hverdag, oplevelser og udfordringer. Det er viden, der er afgørende for vores arbejde med at skabe gode rammer for et sundt og trygt børne- og ungeliv i kommunen.

Rapporten er et centralt redskab i den strategiske tilrettelæggelse af vores indsatser. Den skal bidrage til at kvalificere prioriteringer på tværs af fagområder og understøtte et fælles vidensgrundlag for skoler, dagtilbud, foreninger og øvrige aktører, der arbejder med børn og unge. Samtidig giver den mulighed for at følge udviklingen over tid og identificere områder, hvor der er behov for en særlig indsats.

Arbejdet med sundhedsprofilen tager afsæt i kommunens ansvar for sundhedsfremme og forebyggelse. Det indebærer et særligt fokus på at fremme trivsel, styrke fællesskaber og forebygge mistrivsel blandt børn og unge.

Vi håber, at sundhedsprofilen vil blive anvendt aktivt som grundlag for dialog, refleksion og handling – både politisk og i den daglige praksis. Kun gennem et fælles og vedvarende fokus kan vi skabe de bedste betingelser for, at alle børn og unge i Svendborg Kommune kan trives og udvikle sig.

God læselyst.

Hanne Klit  
Formand for Senior-, Social- og Sundhedsudvalget

Mette Kristensen  
Formand for Børne-, Unge- og Uddannelsesudvalget

# Indholdsfortegnelse

|                                             |    |
|---------------------------------------------|----|
| Introduktion.....                           | 5  |
| Læsevejledning .....                        | 6  |
| Deltagelse og svarprocent .....             | 7  |
| Karakteristika af de deltagende elever..... | 8  |
| Sammenfatning .....                         | 9  |
| Resultater .....                            | 17 |
| Trivsel og mental sundhed .....             | 17 |
| Digital adfærd .....                        | 26 |
| Helbred .....                               | 33 |
| Tandbørstning .....                         | 37 |
| Måltidsvaner.....                           | 38 |
| Fysisk aktivitet og fritidsliv .....        | 42 |
| Søvn .....                                  | 54 |
| Nikotin og tobak .....                      | 58 |
| Alkohol.....                                | 60 |
| Andre rusmidler.....                        | 63 |
| Oplysning om sex og kønssygdomme.....       | 64 |
| Skoleliv.....                               | 65 |
| Referencer .....                            | 70 |
| Bilag 1: Spørgeskema.....                   | 71 |

## Introduktion

Denne rapport præsenterer resultater fra Svendborg Kommunes Børne- og ungesundhedsprofil 2025. Formålet med undersøgelsen er at give et samlet billede af trivsel, sundhed og sundhedsadfærd blandt elever i 5., 7. og 9. klasse og herigennem at understøtte det kommunale arbejde med forebyggelse og sundhedsfremme.

Det er femte gang undersøgelsen gennemføres i Svendborg Kommune. Rapporten bidrager med ny og aktuell viden om børn og unges trivsel og sundhed i kommunen og giver samtidig mulighed for at følge udviklingen over tid.

Data blev indsamlet som en spørgeskemaundersøgelse blandt elever i perioden 29. september til 30. november 2025. Undersøgelsen blev gennemført digitalt via BørnUngelivs platform, og alle skoler i Svendborg Kommune blev inviteret til at deltage. Skolerne blev opfordret til at afsætte en undervisningstime til besvarelse af spørgeskemaet.

Deltagelse i undersøgelsen var frivillig, og forud for dataindsamlingen modtog forældre information om undersøgelsens formål og indhold. Besvarelserne er behandlet fortroligt og i overensstemmelse med gældende regler for databeskyttelse.

Det anvendte spørgeskema er udviklet i regi af BørnUngeliv i samarbejde mellem kommuner og forskere og med afsæt i eksisterende viden og validerede spørgsmål. Spørgeskemaet omfatter blandt andet temaer som mental, social og fysisk sundhed samt sundhedsadfærd.

## Læsevejledning

I rapporten præsenteres først en sammenfatning af hovedresultaterne, efterfulgt af resultaterne for de enkelte temaer. I hovedresultaterne fremhæves centrale resultater og udvikling over tid.

Resultaterne præsenteres som procentandele i figurer og tabeller og er opgjort efter klassetrin, år for besvarelse og køn. Mindre forskelle i procentandele i teksten og i figurer kan forekomme som følge af afrunding.

Når det er muligt, sammenlignes resultater fra 2025 med 2017 og 2021. Det er dog ikke altid mulige, blandt andet på grund af få besvarelser, ændringer i spørgsmål eller svarkategorier eller nye spørgsmål. I 2017 blev data blandt de ældste elever indsamlet i 8. klasse i stedet for 9. klasse. Resultater fra 2010 og 2013 indgår ikke i sammenligninger på grund af væsentlige ændringer i spørgsmål og svarkategorier.

Det skal bemærkes, at undersøgelsen i 2021 blev gennemført under og efter en længere periode med COVID-19-nedlukning, hvilket kan have påvirket resultaterne, og bør tages i betragtning ved tolkning af udviklingen.

Mindre forskelle i procentpoint mellem år, klassetrin og køn kan være udtryk for tilfældig variation og er derfor nødvendigvis ikke udtryk for en sikker udvikling. Der er ikke gennemført statistiske tests for forskelle mellem grupper, og resultaterne skal derfor tolkes med forbehold – særligt ved spørgsmål med få besvarelser. Antallet af besvarelser varierer mellem spørgsmål, blandt andet fordi elever har haft mulighed for at springe spørgsmål over, og fordi nogle spørgsmål kun stilles til udvalgte grupper. Antallet af svar fremgår i figurerne. Resultater vises ikke, hvis der er færre end fem besvarelser.

For spørgsmål stillet til flere klassetrin vises resultaterne samlet i én figur, hvor det er relevant. I enkelte tilfælde er svarmuligheder slået sammen for at øge overskueligheden.

Elever er spurgt til køn med svarmulighederne "dreng", "pige", "andet" og "ønsker ikke at svare". Besvarelser i kategorierne "andet" og "ønsker ikke at svare" indgår i det samlede datagrundlag, men afrapporteres ikke særskilt på grund af få observationer.

Data behandles fortroligt, og resultaterne præsenteres på en måde, der sikrer, at enkeltpersoner ikke kan identificeres.

## Deltagelse og svarprocent

Alle 11 almene folkeskoler i Svendborg Kommune samt fire fri- og privatskoler har deltaget i Børne- og ungesundhedsprofilen i 2025. Rapporten behandler data samlet for både de kommunale skoler og fri- og privatskoler med henblik på at give et samlet billede. Herunder ses antal inviterede elever, antal besvarelser samt de samlede svarprocenter opdelt på klassetrin.

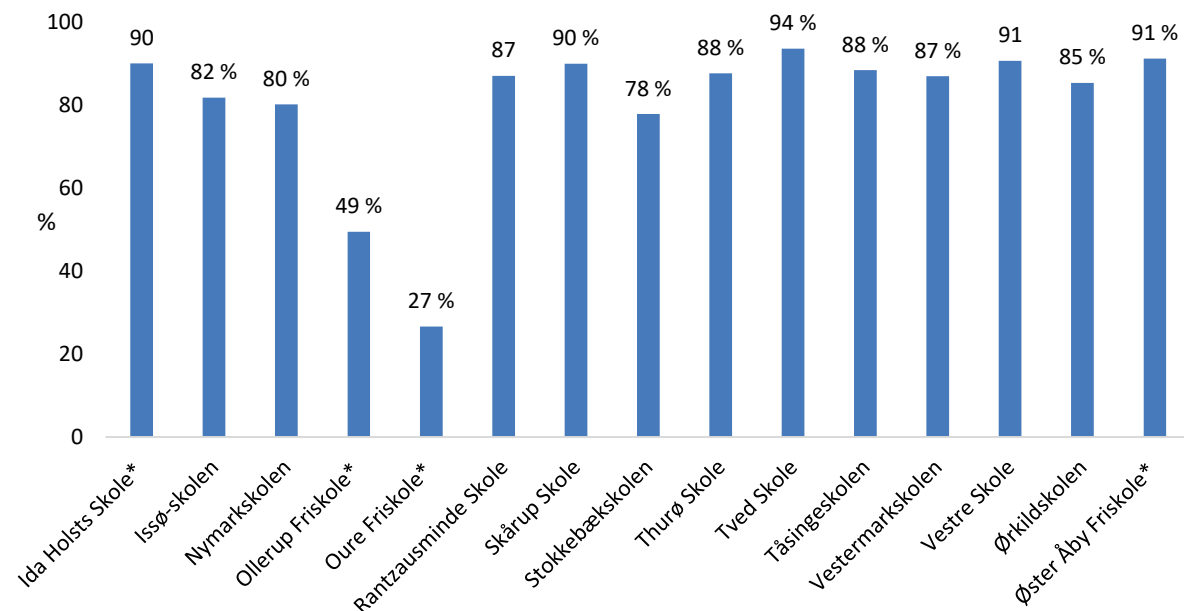
### Antal inviterede og deltagende elever, samt svarprocent fordelt på klassetrin

| Klassetrin | Antal inviterede elever | Antal besvarelser | Svarprocent |
|------------|-------------------------|-------------------|-------------|
| 5. klasse  | 474                     | 411               | 86,7 %      |
| 7. klasse  | 566                     | 482               | 85,2 %      |
| 9. klasse  | 532                     | 424               | 79,7 %      |
| Total      | 1.572                   | 1.313             | 83,5 %      |

Samlet set er svarprocenten høj på tværs af klassetrin, dog med et mindre fald i 9. klasse sammenlignet med de yngre klassetrin.

Figuren nedenfor viser svarprocenten fordelt på deltagende skoler. Her indgår både almene folkeskoler samt fri- og privatskoler.

### Svarprocent fordelt på deltagende skoler



\* Fri- og privatskoler

I tabellen nedenfor præsenteres udvalgte karakteristika for de elever, der har besvaret spørgeskemaet i Børne- og ungesundhedsprofilen 2025. Tabellen giver et overblik over populationens

sammensætning og danner grundlag for vurdering af datamaterialets repræsentativitet. Tabellen viser, at kønsfordelingen blandt deltagerne er jævnt fordelt. Størstedelen af eleverne bor sammen med begge forældre, og langt de fleste taler dansk i hjemmet.

## Karakteristika af de deltagende elever

|                                 |                                    |        |
|---------------------------------|------------------------------------|--------|
| <b>Køn</b> (N=1316)             | Pige                               | 50 %   |
|                                 | Dreng                              | 48 %   |
|                                 | Andet                              | 1 %    |
|                                 | Ønsker ikke at svare               | 1 %    |
| <b>Familieform</b> (N=1309)     | Bor samme med begge forældre       | 69,4 % |
|                                 | Bor hele tiden hos mor             | 8,2 %  |
|                                 | Bor hele tiden hos far             | 1,4 %  |
|                                 | Bor skiftevis hos mor og far       | 19,4 % |
|                                 | Anden familieform fx plejefamilie  | 1,6 %  |
| <b>Sprog i hjemmet</b> (N=1301) | Dansk                              | 85,6 % |
|                                 | Et andet sprog                     | 4,7 %  |
|                                 | Lige meget dansk og et andet sprog | 9,7 %  |

# Sammenfatning



## Trivsel og mental sundhed

Mental sundhed og trivsel i barndom og ungdom er afgørende for både udvikling, læring og deltagelse i sociale fællesskaber. Mental sundhed forstås som en tilstand, hvor børn og unge kan håndtere almindelige udfordringer og indgå aktivt i hverdagslivet (1). Nyere viden peger på, at relationer, oplevet tilhørsforhold og støtte fra både jævnaldrende og voksne spiller en afgørende rolle for trivsel (2). Den seneste nationale Skolebørnsundersøgelse viser desuden en stigende andel af børn og unge med lav trivsel i perioden 2010 til 2022, særligt blandt piger, som generelt rapporterer lavere trivsel end drenge (3).

### Almen trivsel

Børne- og ungesundhedsprofilen 2025 viser, at størstedelen af eleverne i 5., 7. og 9. klasse i Svendborg Kommune trives godt i deres hverdag, men at der er tydelige forskelle på tværs af arenaer, klassetrin og køn. Trivslen er højest i forhold til venner, fritid og hjem, hvor 85–94 % af eleverne svarer, at de har det godt eller rigtig godt, mens 69–76 % svarer det samme i forhold til skolen. Resultaterne peger desuden på, at trivslen generelt er lavere blandt piger end blandt drenge.

Andelen af elever, der svarer, at de "tit eller meget tit" har for meget at se til, varierer fra 11–26 %, mens omkring halvdelen (51–56 %) svarer "en gang imellem". Andelen, der oplever at have for meget at se til, stiger med alderen og er højest blandt piger i 9. klasse.

### Sociale relationer og ensomhed

Langt de fleste elever har nogen at tale med, hvis de har det svært – både i form af fortrolige venner og voksne. Samtidig ses en udvikling i de ældre klassetrin, hvor færre oplever at have flere tætte relationer, og flere angiver, at de kun har én fortrolig. I 7. klasse er andelen, der har flere at tale med, faldet fra 78 % i 2017 til 66 % i 2025, mens andelen, der svarer "ja, en enkelt", er steget fra 18 % til 28 %.

De fleste elever angiver, at de ikke føler sig ensomme, og andelen er steget siden 2021. Samtidig er andelen, der føler sig ensomme "af og til", faldet, mens få føler sig ensomme ofte. I 2025 angiver 55 % af pigerne mod 80 % af drengene, at de ikke føler sig ensomme, mens 35 % af pigerne mod 17 % af drengene føler sig ensomme "af og til", og 9 % af pigerne mod 4 % af drengene føler sig ensomme "tit eller meget tit".

Elever i både 7. og 9. klasse angiver i vid udstrækning, at de håndterer svære følelser ved at tale med andre eller ved at beskæftige sig med forskellige aktiviteter. Omkring en tredjedel taler med venner, mens 46 % af eleverne i 7. klasse og 35 % af eleverne i 9. klasse taler med deres familie. En del elever angiver også, at de håndterer følelsesmæssige udfordringer ved at dyrke motion eller ved at lave noget hyggeligt, for eksempel at spille, læse eller se film. Der ses kun mindre forskelle mellem klassetrin i brugen af disse aktiviteter. En mindre andel af eleverne angiver reaktioner som at blive irriterede på sig selv eller andre, mens meget få angiver, at de råber eller slår andre.

## Mobning

På tværs af klassetrin (5., 7. og 9. klasse) svarer et stort flertal – omkring 70–80 % – at de ikke er blevet mobbet inden for de seneste to måneder. Andelen, der angiver, at de er blevet mobbet mange gange, udgør 2–5 % og er uændret fra 2021 til 2025. Der ses dog en mindre stigning i andelen, der er blevet mobbet nogle få gange, fx fra 16 % til 20 % i 5. klasse. Tilsvarende angiver en lidt større andel af eleverne i 2025, at de har mobbet andre nogle få gange.



## Digital adfærd

Digitale medier fylder en stadig større del af børn og unges hverdag og har betydning for både trivsel, læring og sociale relationer. Forskning peger på, at skærmbrug kan have både positive og negative konsekvenser, afhængigt af omfang og anvendelse (4).

Børne- og ungesundhedsprofilen 2025 viser, at andelen af elever, der har oplevet online mobning, varierer fra 9 % i 9. klasse til 16 % i 5. klasse. Samtidig angiver en betydelig andel, at de har modtaget beskeder, billeder eller videoer, som har gjort dem kede af det, bange eller vrede – 22 % i 5. klasse, 17 % i 7. klasse og 14 % i 9. klasse.

Når det gælder tidsforbrug, stiger brugen af mobil, tablet, computer og spillekonsol markant fra 5. til 9. klasse, særligt i forhold til kontakt med venner, brug af sociale medier og det at høre musik. Omvendt er hyppig spilaktivitet mest udbredt blandt de yngre elever: 24 % af eleverne i 5. og 7. klasse spiller mange gange dagligt, mod 20 % i 9. klasse. Samtidig angiver omkring to tredjedele af eleverne i 9. klasse, at de er på sociale medier mange gange dagligt, sammenlignet med 27 % i 5. klasse.

Resultaterne viser, at omkring 40–50 % af eleverne svarer, at de "en gang i mellem" bruger for meget tid på skærm, mens cirka hver fjerde elev i 7. og 9. klasse oplever, at de "altid eller for det meste" bruger for meget tid på mobil, tablet, computer eller spillekonsol. Samtidig vurderer en større andel af drenge end piger, at de "sjældent eller aldrig" bruger for meget tid på skærm.

Når det gælder skærmbrug i samvær med venner, opleves det i mindre grad som et problem. Her er det kun en mindre andel, der angiver, at de "altid eller for det meste" bruger for meget tid, mens omkring halvdelen vurderer, at det "sjældent eller aldrig" er tilfældet.

Andelen af elever, der svarer, at deres forældre "altid" ved, hvem de skriver eller taler med på internettet, falder med stigende alder – fra 38 % i 5. klasse til 18 % i 9. klasse.



## Helbred

Børn og unges helbred er en central indikator for deres samlede trivsel og udvikling. I dette afsnit belyses børns helbred ud fra flere perspektiver, herunder selv vurderet helbred, forekomst af symptomer samt udvalgte forebyggende faktorer som vaccination og D-vitamin. De fleste børn i Danmark vurderer deres

helbred som godt, men der ses en social og kønsmæssig ulighed. Skolebørnsundersøgelsen viser, at piger oftere end drenge rapporterer helbredsproblemer og denne forskel er blevet mere udtalt over tid (3).

### **Selv vurderet helbred**

Børne- og ungesundhedsprofilen 2025 viser, at langt størstedelen af eleverne på alle tre klassetrin svarer, at de "altid eller for det meste" føler sig sunde og raske. Blandt pigerne ses dog en stigning i andelen, der svarer "en gang imellem", "sjældent" eller "aldrig" – fra 12 % i 5. klasse til 27 % i 9. klasse. Denne udvikling genfindes ikke blandt drengene, hvor andelen er mere stabile på tværs af klassetrin.

### **Symptomer**

En betydelig andel af eleverne har oplevet både fysiske og psykiske symptomer inden for de seneste to uger, og forekomsten stiger med klassetrin – særligt blandt piger.

For fysiske symptomer ses dette tydeligt for hovedpine og mavepine. Blandt piger i 9. klasse angiver 55 %, at de har haft hovedpine "flere gange" eller "mange gange", mod 30 % i 5. klasse, og 46 % mod 25 % gælder for mavepine. Blandt drenge er forekomsten lavere, hvor 49–56 % svarer, at de ikke har haft hovedpine, og op til 62 % i 9. klasse ikke har haft mavepine. Et tilsvarende mønster ses for smerter i nakke eller ryg.

Også for psykiske symptomer ses tydelige forskelle. Blandt piger i 9. klasse angiver 67 %, at de har været irritable eller i dårligt humør "flere gange" eller "mange gange", mod 39 % i 5. klasse. Blandt drenge er andelen lavere og mere stabil, hvor 34–39 % på tværs af klassetrin svarer, at de ikke har haft disse symptomer.

### **HPV-vaccination**

Resultaterne viser, at en stor andel af eleverne i 7. og 9. klasse er HPV-vaccineret, og at tilslutningen er steget fra 2021 til 2025 – særligt blandt drenge.

Blandt piger er tilslutningen fortsat høj med 90 % i 7. klasse og 96 % i 9. klasse i 2025, mod 77 % og 88 % i 2021. Det høje niveau afspejler sandsynligvis, at vaccination for piger blev indført i børnevaccinationsprogrammet i 2009.

For drenge ses en markant stigning – fra 53 % til 91 % i 7. klasse og fra 31 % til 85 % i 9. klasse – hvilket formentligt hænger sammen med, at vaccinationen blev gratis for drenge i 2019 og siden har indgået i børnevaccinationsprogrammet. Samtidig er andelen, der svarer "ved ikke", faldet markant, især blandt drenge i 9. klasse (fra 41 % til 9 %).

### **D-vitamin**

D-vitamin er vigtigt for kroppens optag af calcium og dermed knoglernes vækst og udvikling. Sundhedsstyrelsen anbefaler derfor, at børn og unge får et tilskud i vinterhalvåret, hvor solens bidrag er begrænset (5). Børne- og ungesundhedsprofilen blev gennemført i vinteren 2025. Resultaterne viser, at andelen af elever, der tager D-vitamin, falder med stigende klassetrin. I 9. klasse er det omkring halvdelen af drengene og knap halvdelen af pigerne, der angiver, at de ikke tager D-vitamin. Samtidig er andelen, der svarer "ved ikke", relativt høj i de yngre klassetrin. Samlet peger resultaterne på, at anbefalingen om D-vitamin i vinterhalvåret ikke følges af en betydelig andel af eleverne, særligt blandt de ældste.



## Tandbørstning

God mundhygiejne er vigtig for at forebygge huller i tænderne og andre tandproblemer. Sundhedsstyrelsen anbefaler tandbørstning to gange dagligt med fluorholdig tandpasta (6). Tidligere undersøgelser viser, at langt de fleste danske børn børster tænder dagligt, men at der stadig er en gruppe – især blandt ældre elever – som ikke børster tænder regelmæssigt (3).

Børne- og ungesundhedsprofilen 2025 viser at 90 % af eleverne i 5., 7. og 9. klasse i Svendborg Kommune børster tænder mindst to gange om dagen, mens 9 % angiver at de børster tænder én gang om dagen og kun 1 % procent gør det mindre end én gang om dagen.



## Måltidsvaner

Sunde kostvaner i barndommen har betydning for både trivsel, udvikling og risiko for sygdom senere i livet. Samtidig grundlægges mange af de kostvaner og præferencer i barndommen, som ofte videreføres ind i voksenlivet. Mad handler dog ikke kun om ernæring, men også om vaner, fællesskab og madglæde, som har betydning for børns forhold til kost og måltider (7). Sundhedsstyrelsen anbefaler regelmæssige måltider og en varieret kost med blandt andet frugt, grønt, fuldkorn og fisk (7). Skolebørnsundersøgelsen 2022 viser, at mange børn og unge ikke følger anbefalingerne om regelmæssige måltider, og at især morgenmaden ofte springes over – særligt blandt ældre elever og piger (3)

Resultaterne fra Børne- og ungesundhedsprofilen i Svendborg 2025 viser, at de fleste elever i 5., 7. og 9. klasse spiser hovedmåltider dagligt, men at der er tydelige forskelle efter alder og køn. Morgenmad spises oftest i de yngre klassetrin, mens andelen falder markant med alderen – særligt blandt piger. I 9. klasse spiser kun omkring en tredjedel af pigerne morgenmad dagligt, mod over halvdelen af drengene. Samtidig stiger andelen, der sjældent eller aldrig spiser morgenmad.

Når det gælder frokost i skolen, falder andelen ligeledes med alderen. I 5. klasse spiser ca. 80-90 % eleverne frokost dagligt, mens andelen i 9. klasse i 2025 udgør 55 % af pigerne og 64 % af drengene. Andelen af elever i 9. klasse, der spiser frokost i skolen dagligt, er faldet markant fra 2017 til 2025, særligt blandt pigerne.

Langt de fleste elever spiser aftensmad dagligt. Der ses dog også her en nedgang med stigende klassetrin, særligt blandt pigerne, hvor knap en femtedel af pigerne i 9. klassen ikke spiser aftensmad hver dag.

Fælles måltider i familien er udbredt blandt de yngste, men bliver mindre hyppige med alderen. I 5. klasse spiser over halvdelen aftensmad med familien hver dag, mens det i 9. klasse gælder en væsentligt mindre andel, og flere angiver (17 %), at det kun sker *en gang imellem, sjældent eller aldrig*.

Samlet peger resultaterne på, at regelmæssige måltider – særligt morgenmad og fælles familiemåltider – bliver mindre udbredte med stigende alder, mens aftensmaden fortsat er det mest stabile måltid. Der ses gennemgående forskelle mellem køn, hvor piger i højere grad end drenge fravælger måltider, særligt i de ældste klassetrin.



## Fysisk aktivitet og fritidsliv

Fysisk aktivitet har stor betydning for både fysisk og mental sundhed hos børn og unge. Sundhedsstyrelsen anbefaler mindst 60 minutters daglig fysisk aktivitet for 5-17-årige (8). Målinger viser, at mange børn ikke lever op til anbefalingerne, og at aktivitetsniveauet falder med alderen – særligt blandt piger (9,10).

Resultaterne fra Børne- og ungesundhedsprofilen viser, at piger i 7. og 9. klasse i mindre grad end tidligere angiver, at de dagligt eller flere gange dagligt er fysisk aktive, så de bliver svedige eller forpustede. I 2025 er andelen i 7. klasse 11 %, mod omkring 20 % i 2017 og 2021. Andelen, der er fysisk aktiv hver dag, falder fra 7. til 9. klasse og er generelt lavere blandt piger end blandt drenge. Eksempelvis er andelen af drenge i 7. klasse, der er fysisk aktive dagligt, cirka tre gange højere end blandt piger.

### Aktiv transport

Andelen af elever, der går eller cykler til og fra skole dagligt, er faldet siden 2017 på tværs af alle klassetrin. Tallene fra 2021 afviger dog, hvilket sandsynligvis kan forklares med påvirkningen fra COVID-19 -pandemien.

Langt de fleste elever oplever deres skolevej som tryk. Der er markante forskelle i sikkerhedsadfærd mellem klassetrin. I 5. klasse angiver 94 %, at de bruger cykelhjelm, mens andelen falder betydeligt med alderen. Blandt de ældste elever er det omkring halvdelen eller færre, der bruger hjelm regelmæssigt.

### Fritidsliv

Omkring halvdelen af eleverne i 5., 7. og 9. klasse dyrker sport i en forening flere gange om ugen, mens andelen, der gør det sjældent eller aldrig, stiger med alderen. Der er samtidig tydelige kønsforskelle, hvor drenge generelt er mere aktive i foreningsidræt og i fitnesscentre end piger, men også når det gælder motion eller sport uden for forening eller fitnesscenter.

Brugen af fritids- og ungdomsklubber falder markant med alderen. I 5. klasse går omkring en tredjedel af eleverne i klub, mens andelen i 2025 i 9. klasse falder til 12 % af pigerne og 22 % af drengene. Omvendt stiger andelen, der arbejder i fritiden, med alderen. Blandt elever i 7. klasse arbejder 26 % af pigerne og 36 % af drengene, mens det blandt elever i 9. klasse gælder 67 % af pigerne og 53 % af drengene. Andre organiserede aktiviteter som teater, musik og spejder er mest udbredte blandt de yngste og falder fra ca. 26 % i 5. klasse til 12–15 % i 9. klasse.

Størstedelen af eleverne svarer, at de deltager i de fritidsaktiviteter, de gerne vil. I 7. klasse gælder det 63 % af pigerne og 81 % af drengene.

### Fysiske rammer

Langt størstedelen af eleverne i 5., 7. og 9. klasse i Svendborg Kommune oplever gode fysiske rammer for fysisk aktivitet i deres nærområde. På tværs af klassetrin angiver omkring 74–82 % af eleverne, at der i høj grad er adgang til steder som boldbaner, haller og andre faciliteter, mens omkring 20–26 % oplever lav tilgængelighed. Niveauet har været stabilt fra 2017 til 2025.

Selvom tilgængelighed generelt opleves som høj, falder brugen af faciliteter med alderen – særligt blandt piger. Andelen af piger, der bruger faciliteterne mindst, falder fra ca. 41 % i 5. klasse til 22 % i 9. klasse.



## Søvn

Søvn har stor betydning for børn og unges fysiske og mentale sundhed samt deres evne til at lære og trives i hverdagen. Sundhedsstyrelsen anbefaler, at skolebørn og unge får 9–11 timers søvn (6–13 år) og 8–10 timer (14–17 år) pr. nat (11). Undersøgelser viser, at en betydelig andel ikke opnår tilstrækkelig søvn, og at søvnproblemer kan påvirke både koncentration, trivsel og helbred (12).

Resultaterne for 2025 viser, at størstedelen af eleverne i 5. og 7. klasse får den anbefalede mængde søvn. I 5. klasse sover 72–83 % mindst 9 timer på skoledage, mens 72 % af pigerne og 85 % af drengene i 7. klasse får mindst 8 timers søvn. I 9. klasse falder andelen, der lever op til anbefalingerne, idet knap halvdelen af pigerne og 63 % af drengene sover mindst 8 timer. Samtidig ses en stigning fra 2021 til 2025 i andelen af de ældste elever, der sover 6,5 time eller mindre.

Langt de fleste elever oplever kun i begrænset omfang søvnproblemer og svarer, at de "sjældent eller aldrig" sover dårligt eller uroligt. Dette gælder på tværs af klassetrin og over tid. Der ses dog en markant udvikling blandt de ældste piger, hvor andelen, der ofte oplever søvnproblemer, er steget fra 18 % i 2017 og 19 % i 2021 til 36 % i 2025. Denne udvikling ses ikke i samme grad blandt drenge.

I 5. klasse er skærmbrug før sengetid faldet siden 2021. I 2025 angiver 28–33 %, at de bruger skærm "5 dage eller mere" om ugen før sengetid, mod 41–49 % i 2021. I de ældre klassetrin er niveauet højt, men der findes ikke sammenlignelige data fra tidligere år. I 7. klasse angiver 48–59 %, at de bruger skærm før sengetid "5 dage om ugen eller mere", og i 9. klasse er skærmbrug meget udbredt – op mod 80 % blandt pigerne bruger skærm de fleste dage.

Langt de fleste elever (64–73 %) svarer, at de ikke bliver forstyrret af skærm, efter de er gået i seng, mens en mindre andel (7–11 %) angiver, at de er blevet forstyrret "flere dage" inden for den seneste uge.



## Nikotin og tobak

Brug af nikotin og tobak blandt børn og unge kan føre til afhængighed og skade deres helbred og udvikling. Traditionel tobaksrygning er faldet markant over tid, men nye nikotinprodukter som e-cigaretter og nikotinposer har vundet udbredelse blandt unge (13). Nyere undersøgelser peger på, at denne udvikling giver anledning til bekymring, da flere unge eksperimenterer med nikotinprodukter (13).

Resultaterne af Børne- og ungesundhedsprofilen 2025 viser, at brugen af tobak og nikotinprodukter generelt er lav blandt eleverne i 7. og 9. klasse i Svendborg Kommune. Langt de fleste ryger ikke og har aldrig prøvet det – i 2025 gælder det 96 % i 7. klasse og 80 % i 9. klasse. Samtidig er det kun en meget lille andel, der ryger regelmæssigt. De fleste elever oplever desuden klare rammer hjemmefra, idet 88 % i 2025 angiver, at de ikke må ryge for deres forældre.

Brugen af e-cigaretter og lignende produkter er mere udbredt end traditionel tobaksrygning, særligt blandt de ældste elever. I 9. klasse angiver omkring en tredjedel af pigerne, at de har prøvet eller bruger disse produkter lejlighedsvis.

Derimod er brugen af snus og andre nikotinposer begrænset. I 2025 angiver 4 % af pigerne og 7 % af drengene i 7. og 9. klasse, at de har prøvet, tidligere har brugt eller bruger snus, tyggetobak eller nikotinposer.



## Alkohol og andre rusmidler

Alkoholforbrug i en tidlig alder kan have negative konsekvenser for den enkeltes sundhed og udvikling, og Sundhedsstyrelsen anbefaler derfor, at unge under 18 år ikke drikker alkohol (14). Danske unge drikker generelt mindre og debuterer senere end tidligere, men niveauet er fortsat højt sammenlignet med andre europæiske lande (14). Nyere undersøgelser peger samtidig på, at faldet i forbruget er stagneret, og at alkohol fortsat spiller en væsentlig rolle i unges liv, herunder med en relativt høj forekomst af fuldskab blandt ældre elever (15).

I 7. klasse har 43 % af pigerne og 56 % af drengene i 2025 prøvet at drikke alkohol, hvilket er et mindre fald siden 2021. I 9. klasse har langt de fleste prøvet alkohol (85 % af pigerne og 78 % af drengene), og niveauet er stort set uændret.

Blandt elever, der har prøvet alkohol, har en betydelig andel haft episoder med binge-drikning (*defineret som indtag af 5 eller flere genstande ved samme lejlighed*). I 9. klasse har 66 % af pigerne og 62 % af drengene inden for den seneste måned drukket 5 eller flere genstande ved samme lejlighed. Samtidig angiver en større andel af pigerne (28 %) end drengene (13 %), at de har binge-drukket mindst tre gange inden for samme periode.

Holdningerne til alkohol varierer med alderen. I 7. klasse mener flertallet (57–63 %), at det ikke er i orden, at unge på deres alder drikker alkohol, mens 70–74 % i 9. klasse finder det acceptabelt. Holdningen blandt elever i 7. klasse har ændret sig markant over tid. Blandt piger er andelen, der finder det i orden at drikke, faldet fra 47 % i 2017 til 11 % i 2025, og samme udvikling ses blandt drenge.

Dette afspejles i forældrenes rammer. I 7. klasse må flertallet (67 %) ikke drikke, og andelen, der må, er faldet markant siden 2017 (fra 19–25 % til 9–10 % i 2025). I 9. klasse ses det modsatte billede, hvor kun 10–12 % ikke må drikke, hvilket er et fald siden 2017.

Brugen af andre rusmidler er begrænset. I 7. og 9. klasse har 2 % af pigerne og 3 % af drengene prøvet at ryge hash, og 1 % angiver, at de har prøvet at tage lattergas.



## Oplysning om sex og kønssygdomme

Viden om sex, grænser og forebyggelse af kønssygdomme er vigtig for børn og unges sundhed og trivsel. Forskning viser, at seksualundervisning kan bidrage til senere seksuel debut, mindre risikoadfærd og øget brug af prævention blandt unge (16). Samtidig peger nyere undersøgelser på, at mange unge fortsat mangler viden og ikke altid beskytter sig mod kønssygdomme (17).

Resultaterne viser, at en del elever oplever, at de ikke har tilstrækkelig viden om sex, prævention og kønssygdomme. I 7. klasse angiver 32–43 %, at de kun i mindre grad eller slet ikke har viden om sex, og

tilsvarende mønster ses for viden om kønssygdomme og graviditet. I 9. klasse er vidensniveauet højere, men der er fortsat en betydelig gruppe med begrænset viden.

På spørgsmålet om, hvorfra eleverne får viden om sex, kønssygdomme og prævention, fremgår det, at skolen er den vigtigste kilde (51 % i 7. klasse og 61 % i 9. klasse). Også venner (29–33 %) og internettet (22–32 %) spiller en væsentlig rolle, mens samtaler med forældre og sundhedspersoner fylder mindre.



## Skoleliv

Skolen udgør en central ramme for børn og unges hverdag og har stor betydning for trivsel og læring. Oplevelsen af fællesskab, tryghed og støtte i skolen er centrale faktorer for elevers trivsel (18). Skolebørnsundersøgelsen 2022 viser samtidig, at en stigende andel oplever skoletræthed og pres, særligt blandt de ældste elever og blandt piger (3).

I 5. klasse angiver 26–28 %, at de klarer sig rigtig godt fagligt, men andelen falder til 16–21 % i 7. klasse og 8–17 % i 9. klasse. Samtidig stiger andelen, der oplever, at de ikke klarer sig godt. Fra 2017 til 2025 er andelen, der vurderer deres faglighed højt, faldet på tværs af klassetrin.

Fravær fra skolen stiger med alderen. I 5. klasse har omkring halvdelen ikke været fraværende den seneste måned, mens det i 9. klasse kun gælder 24 % af pigerne og 41 % af drengene. Samtidig har op til 35 % af pigerne og 21 % af drengene i 9. klasse haft gentaget fravær.

Størstedelen af eleverne føler sig "altid eller for det meste" som en del af klassefællesskabet. En lidt større andel af pigerne svarer dog, at de "en gang imellem", "sjældent" eller "aldrig" føler sig som en del af fællesskabet sammenlignet med drengene.

De fleste elever oplever, at de har voksne i skolen, de kan tale med, men denne oplevelse bliver mindre udbredt med alderen. I 5. klasse oplever flertallet at have flere voksne at gå til, mens en stigende andel i 7. og 9. klasse kun har én eller ingen. Op til 19–26 % af de ældste elever angiver, at de ikke har nogen.

### Fysiske rammer

En væsentlig andel af eleverne i 5., 7. og 9. klasse har modstand mod at bruge skolens toiletter: 26–43 % svarer, at de "sjældent eller aldrig" har lyst til det, mens kun 5–10 % svarer, at de "altid" har lyst.

Når det gælder rammer for fysisk aktivitet, oplever størstedelen af eleverne høj tilgængelighed til udendørs faciliteter. Andelen, der svarer "ja, en del steder" eller "ja, mange steder", falder dog med alderen – fra 92–93 % i 5. klasse til 76–78 % i 9. klasse.

Tilgængeligheden til indendørs faciliteter opleves som lavere. Her angiver 43–59 % på tværs af køn og klassetrin, at der er "en del" eller "mange steder", hvor man kan være fysisk aktiv. Andelen der svarer "ja, en del steder" eller "ja, mange steder", falder dog med alderen – fra 92–93 % i 5. klasse til 76–78 % i 9. klasse.

## Resultater

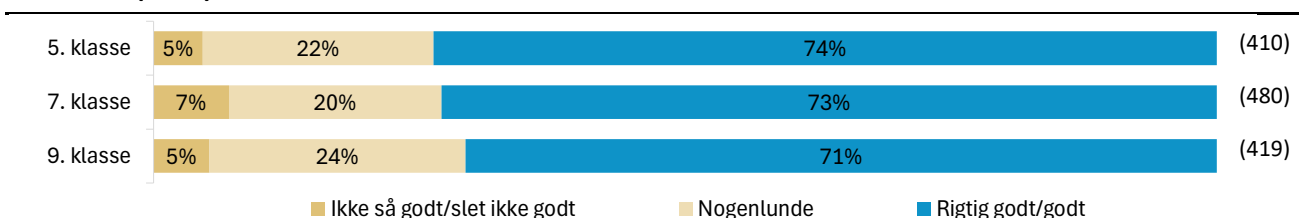
I det følgende præsenteres de detaljerede resultater i figurform. Resultaterne vises som procentandele i figurer og tabeller, med angivelse af det samlede antal besvarelser for hver søjle. Opgørelserne er, hvor det er muligt, fordelt på klassetrin, besvarelses år og køn. På grund af variation i antallet af besvarelser for de enkelte spørgsmål har det ikke i alle tilfælde været muligt at opdele resultaterne efter køn og alder. Tilsvarende er det ikke for alle spørgsmål muligt at vise udviklingen over tid. Nogle spørgsmål er desuden kun stillet til udskolingen.

### Trivsel og mental sundhed

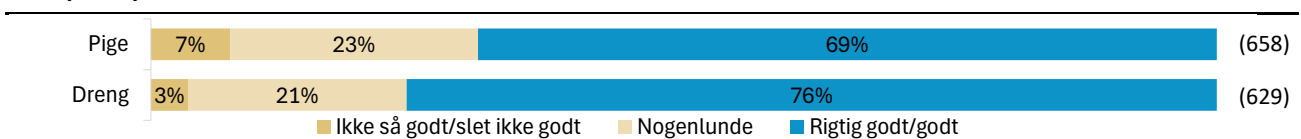
#### Almen trivsel

##### *Hvordan har du det for tiden i skolen?*

###### Klassetrin (2025)

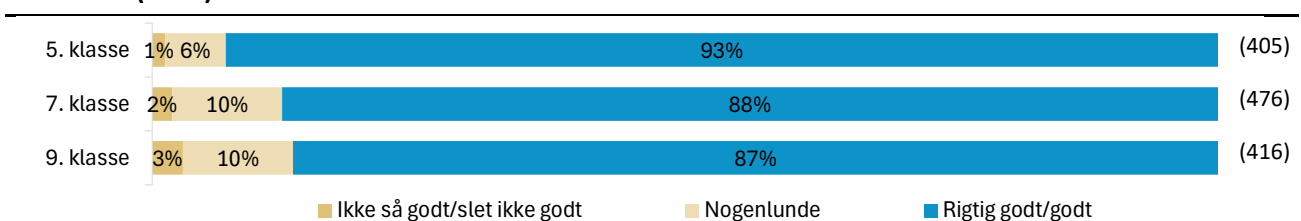


###### Køn (2025)

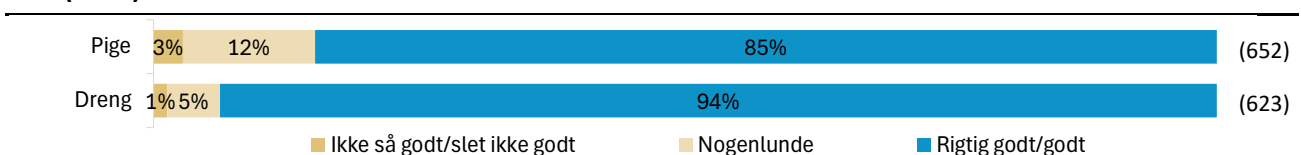


##### *Hvordan har du det for tiden derhjemme?*

###### Klassetrin (2025)

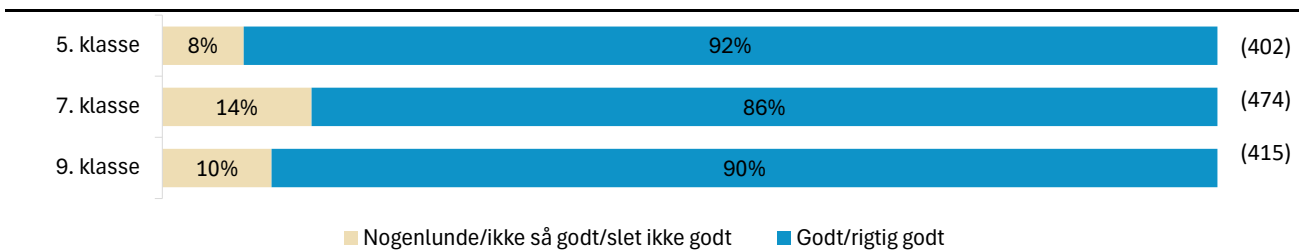


###### Køn (2025)

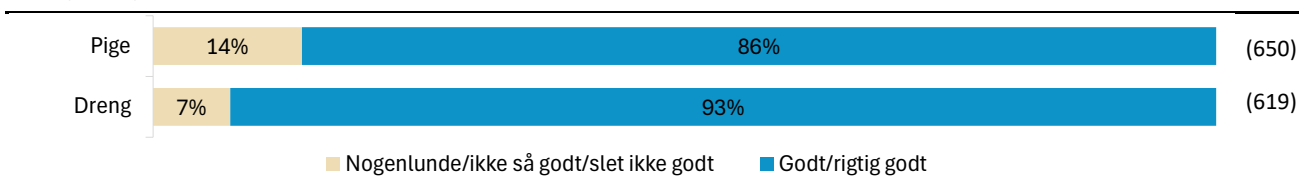


### Hvordan har du det for tiden med venner/i fritiden?

#### Klassetrin (2025)

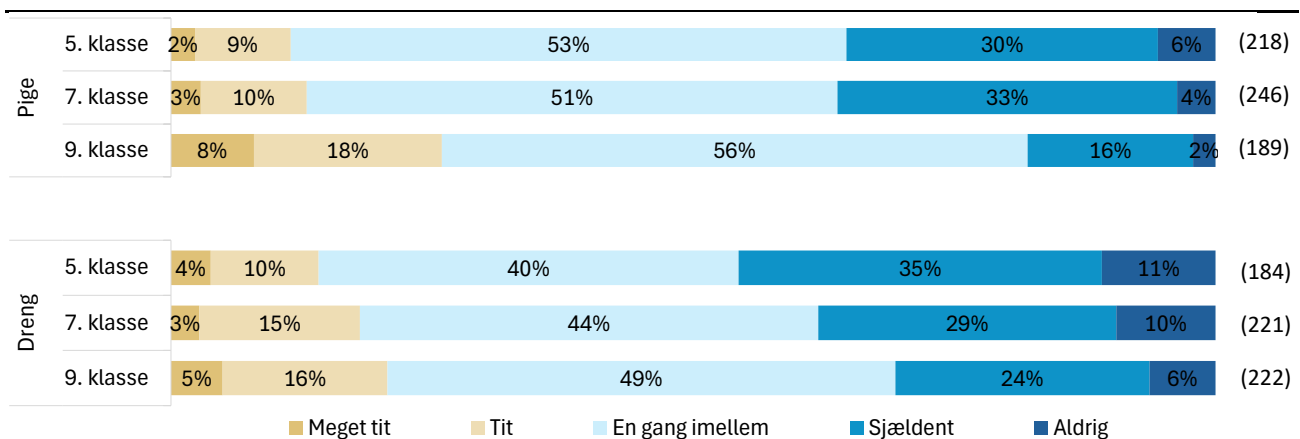


#### Køn (2025)



### Synes du, at du har for meget at se til?

#### Klassetrin og køn (2025)



## Sociale relationer og ensomhed

**Har du nogen venner eller veninder at tale med, hvis noget går dig på eller gør dig ked af det?**

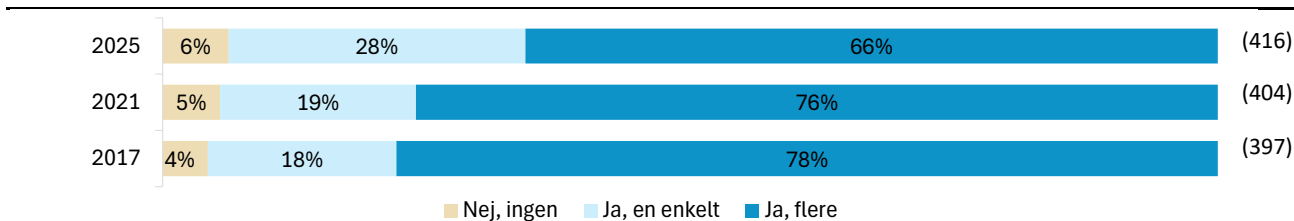
### 5. klasse



### 7. klasse

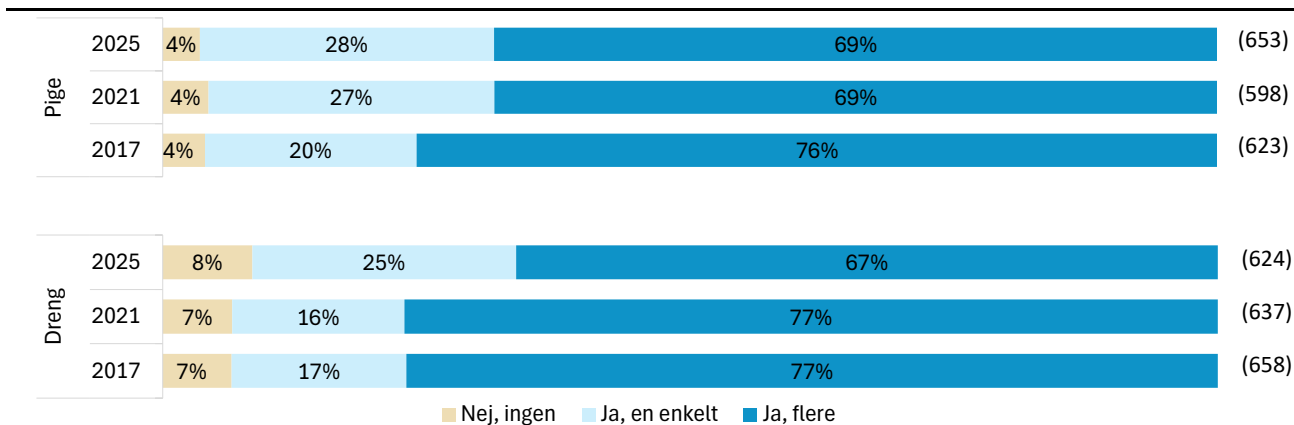


### 8./9. klasse\*



\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025

## Køn



**Har du nogen voksne at tale med, hvis noget går dig på eller før dig ked af det?**

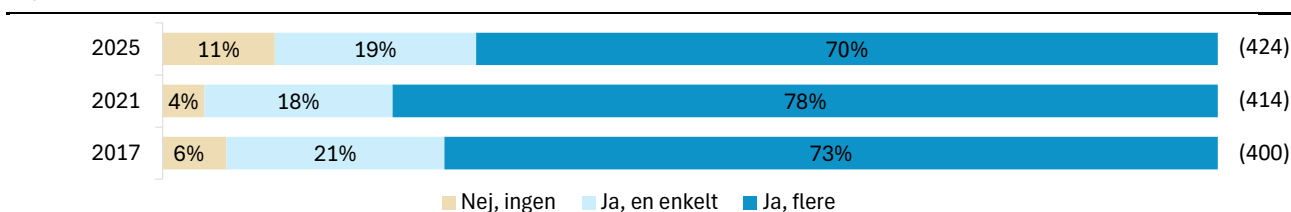
**5. klasse**



**7. klasse**

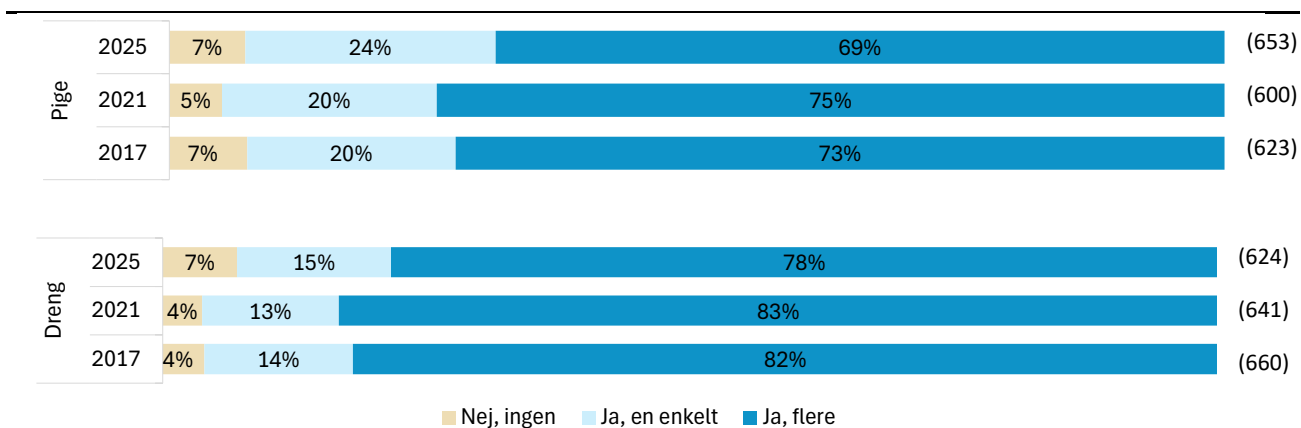


**8./9. klasse\***



\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025

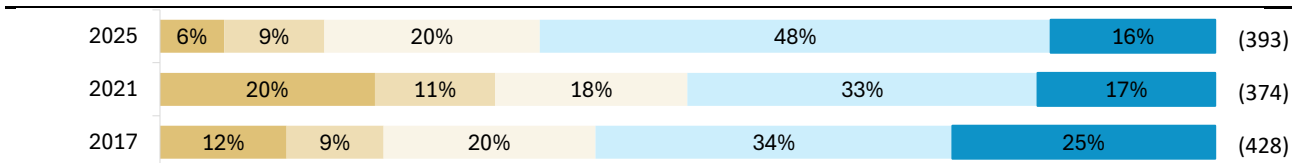
**Køn**



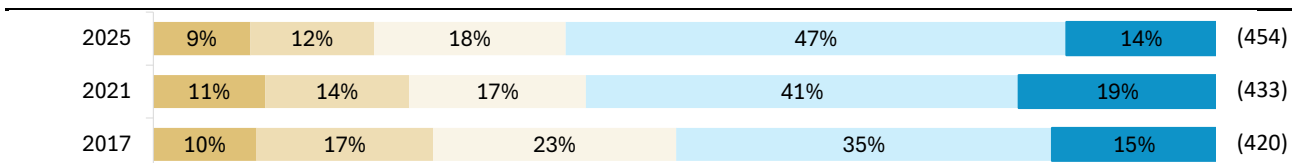
### Hvor tit gør du følgende i din fritid?

#### Er sammen med venner

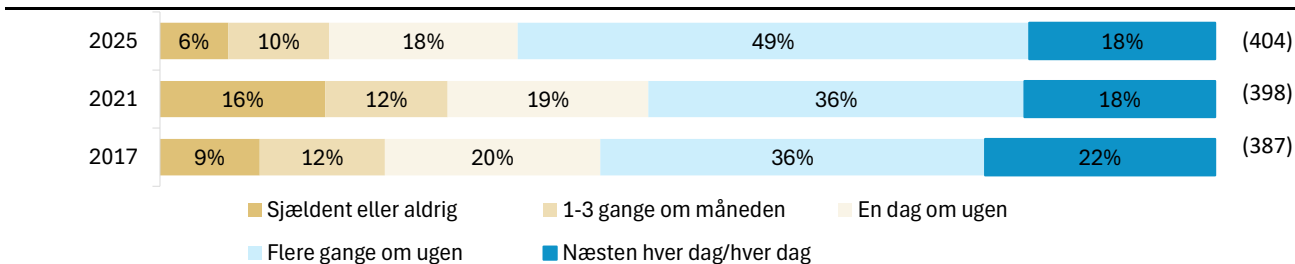
##### 5. klasse



##### 7. klasse

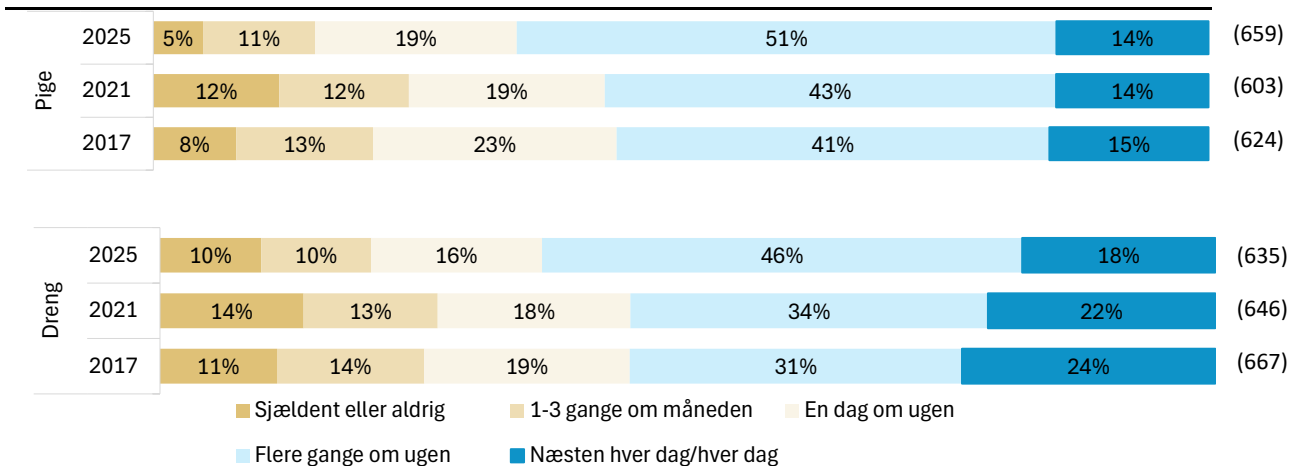


##### 8./9. klasse\*



\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025

##### Køn (2025)



### Føler du dig ensom?

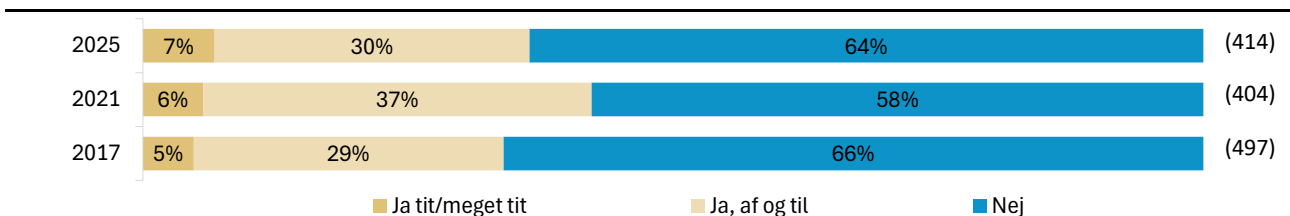
#### 5. klasse



#### 7. klasse

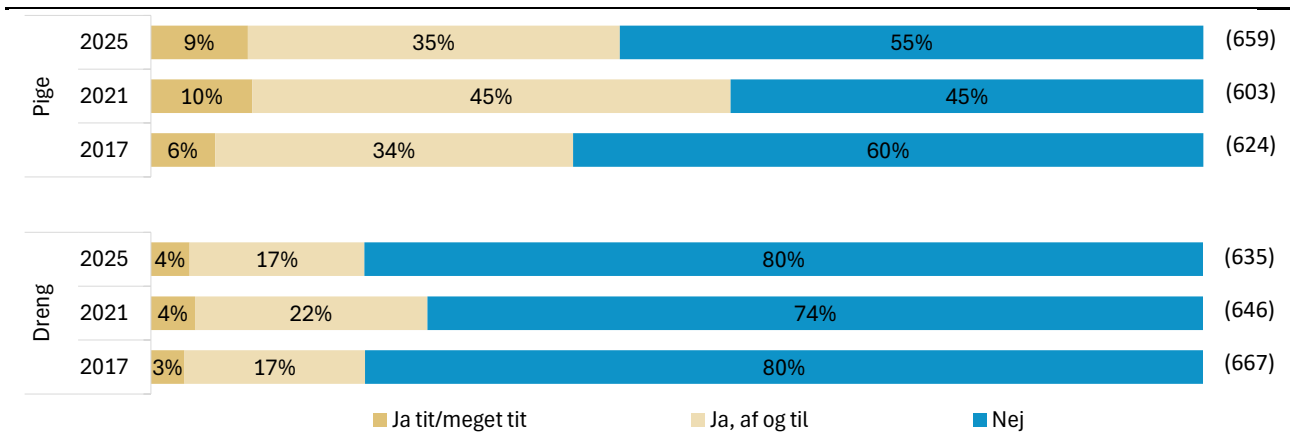


#### 8./9. klasse\*



\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025

#### Køn (2025)



**Hvad gør du, hvis du føler dig ensom, trist, presset eller vred?**

|                                                                                       | <b>7. klasse (pct.)</b><br>N=482 | <b>9. klasser (pct.)</b><br>N=424 |
|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|
| Taler med mine venner                                                                 | 36 %                             | 37 %                              |
| Taler med min familie                                                                 | 46 %                             | 35 %                              |
| Dyrker motion eller sport, fx løber en tur                                            | 29 %                             | 38 %                              |
| Laver noget sjovt eller hyggeligt, fx spiller et spil, læser en bog eller ser en film | 42 %                             | 36 %                              |
| Bliver sur og irriteret <u>på mig selv</u>                                            | 20 %                             | 17 %                              |
| Straffer mig selv                                                                     | 7 %                              | 4 %                               |
| Bliver sur og irriteret <u>på andre</u>                                               | 13 %                             | 16 %                              |
| Råber eller slår andre                                                                | 1 %                              | 1 %                               |

*Det er muligt at afgive flere svar, hvorfor kolonnerne ikke summer til 100 %*

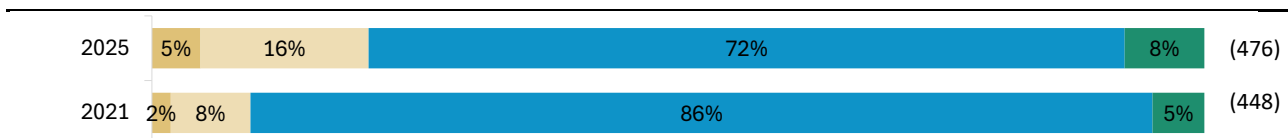
## Mobning

*Tænkt på de sidst 2 måneder: Er du blevet mobbet i skolen?*

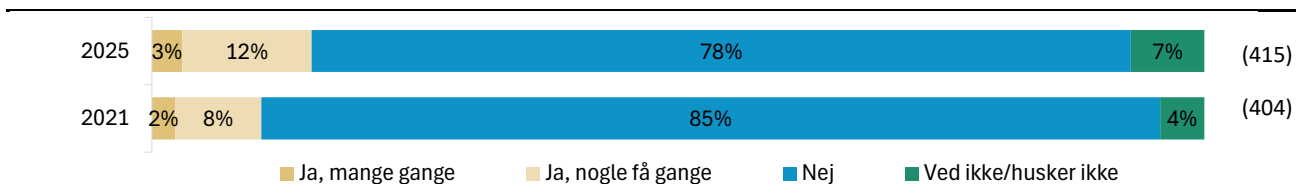
### 5. klasse



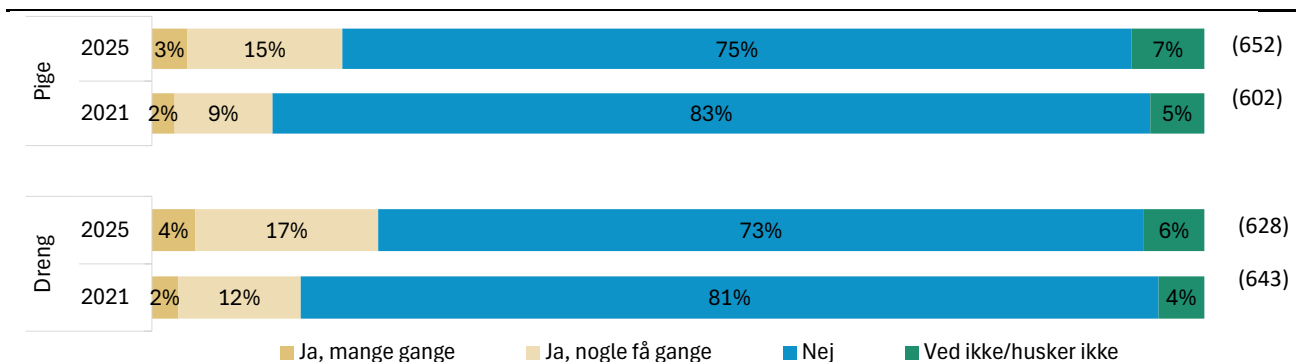
### 7. klasse



### 9. klasse

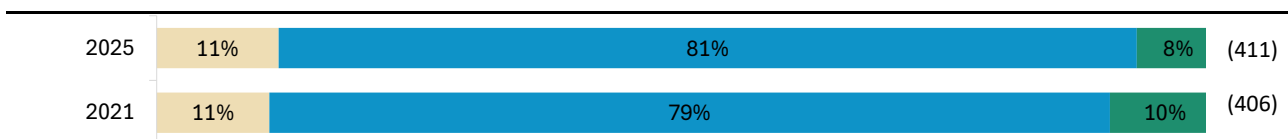


### Køn (2025)

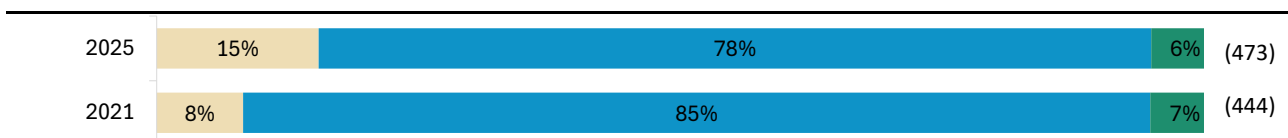


**Tænkt på de sidst 2 måneder: Har du selv været med til at mobbe andre elever i skolen?**

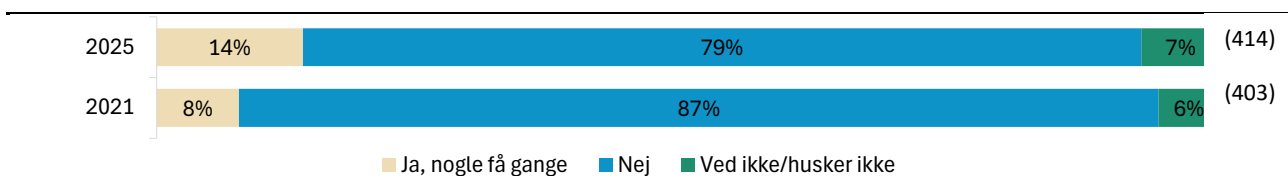
**5. klasse**



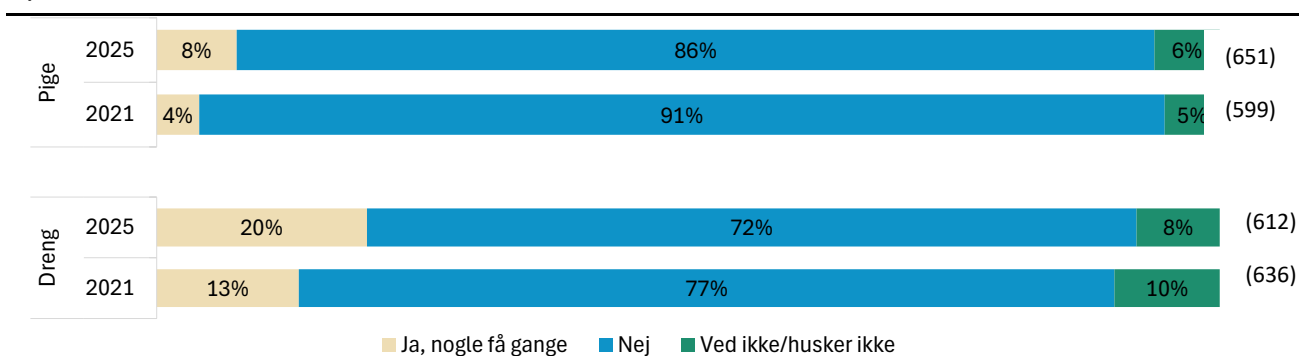
**7. klasse**



**9. klasse**



**Køn**



## Digital adfærd

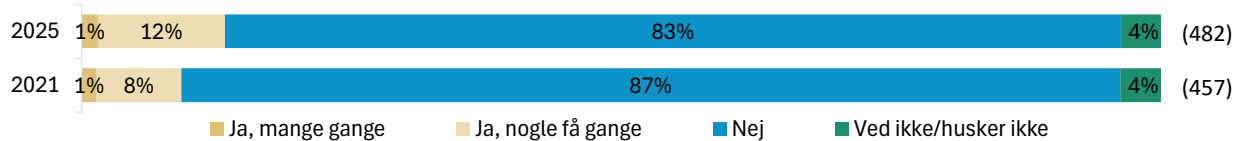
### Online mobning

*Har nogen mobbet dig på internettet eller sociale medier?*

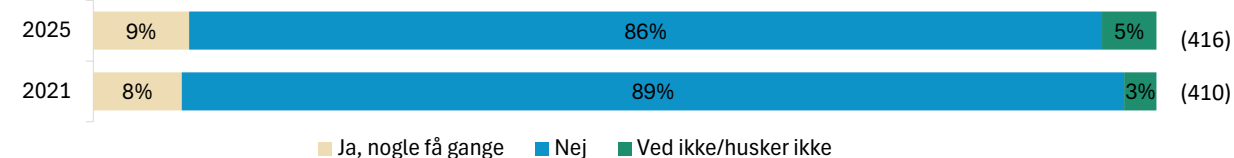
#### 5. klasse



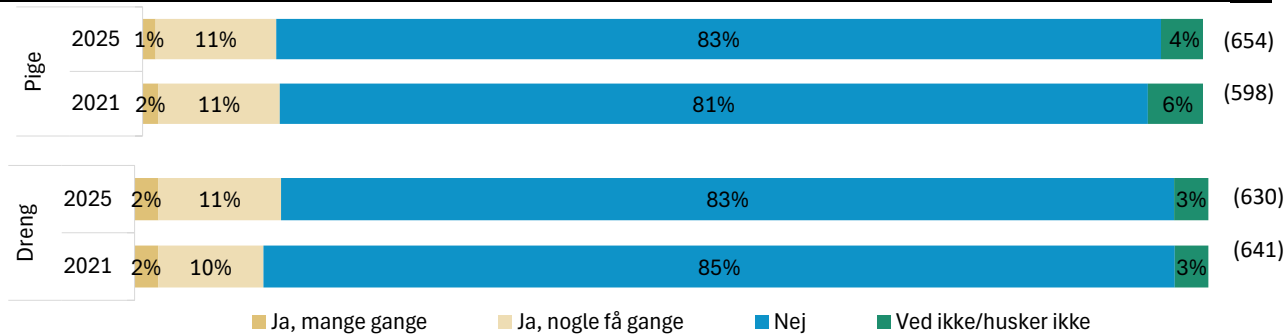
#### 7. klasse



#### 9. klasse



#### Køn



**Har du fået beskeder, billeder eller videoer, som har gjort dig ked af det, bange eller vred?**

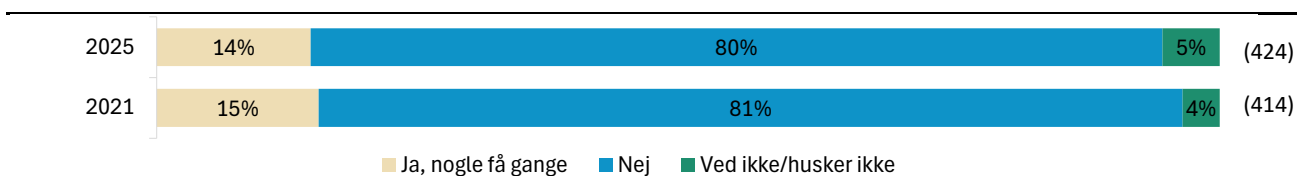
**5. klasse**



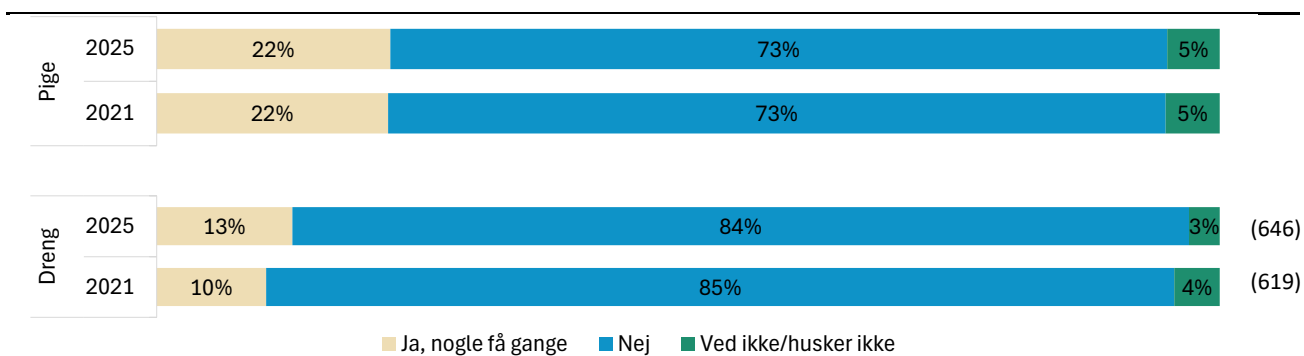
**7. klasse**



**9. klasse**

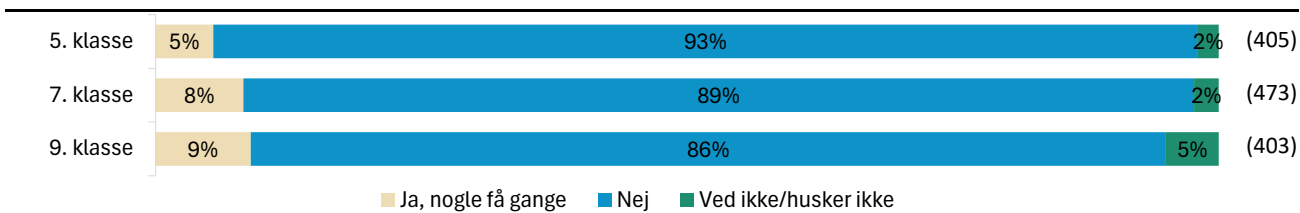


**Køn**

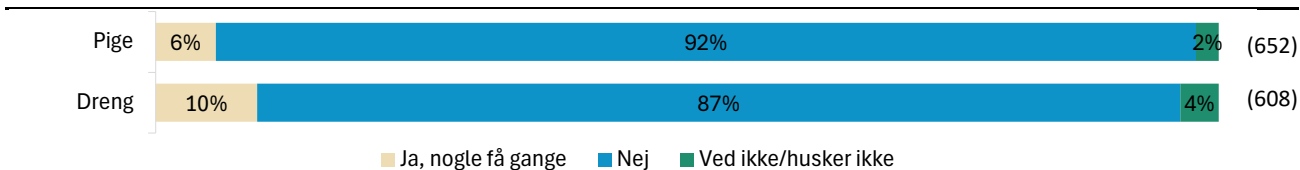


**Har du været med til at mobbe andre på internettet eller sociale medier?**

**Klassetrin (2025)**

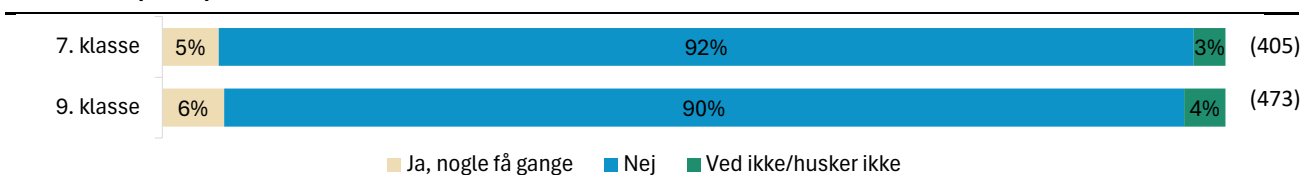


**Køn (2025)**

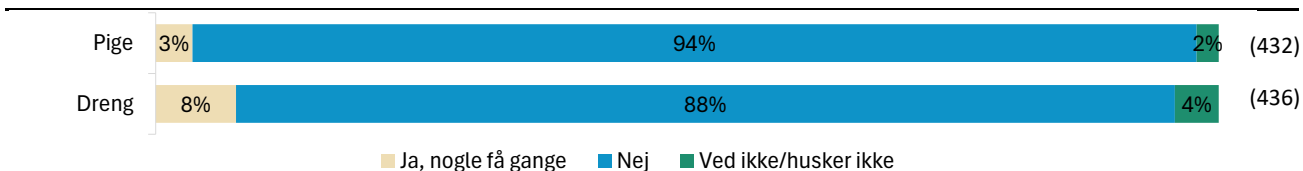


**Har du sendt beskeder, billeder eller videoer til andre, der havde til formål at gøre personen ked af det, bange eller vred?**

**Klassetrin (2025)**



**Køn (2025)**

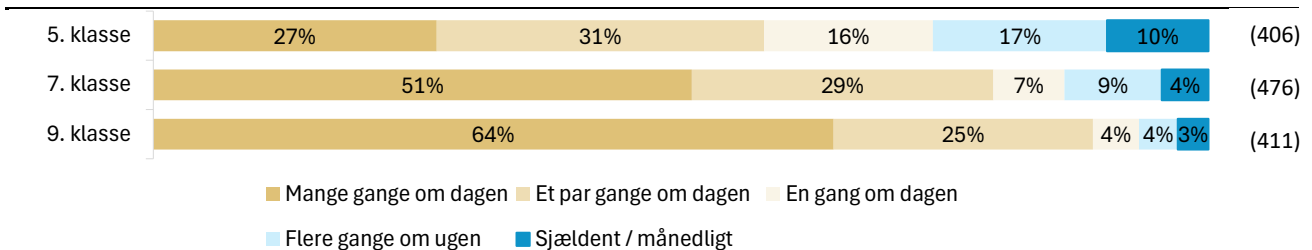


## Tidsforbrug

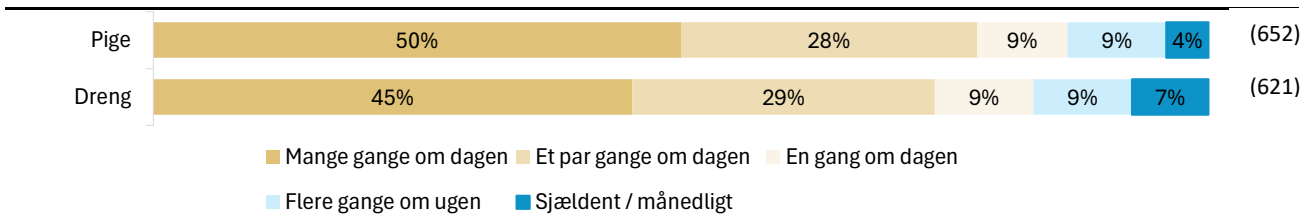
*Hvor ofte gør du følgende på din mobil, tablet, computer eller spillekonsol i din fritid?*

*Har kontakt med venner*

### Klassetrin (2025)



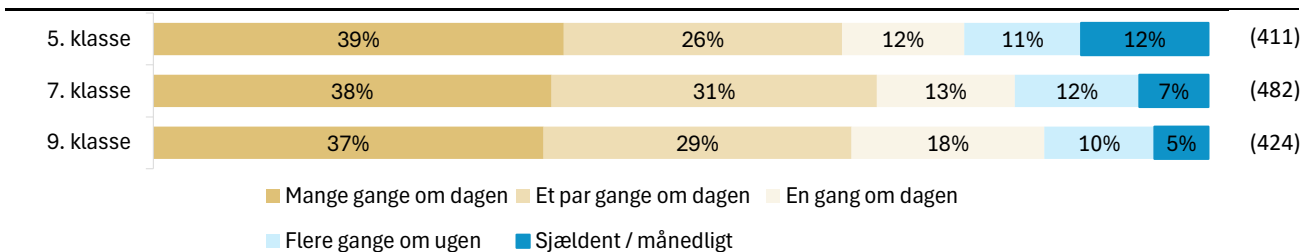
### Køn (2025)



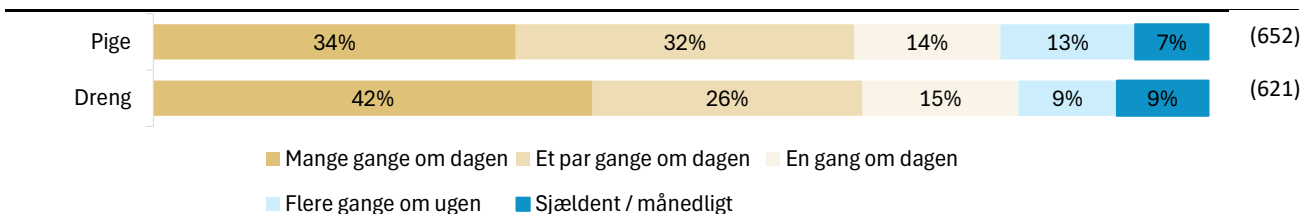
*Hvor ofte gør du følgende på din mobil, tablet, computer eller spillekonsol i din fritid?*

*Har kontakt med familie*

### Klassetrin (2025)

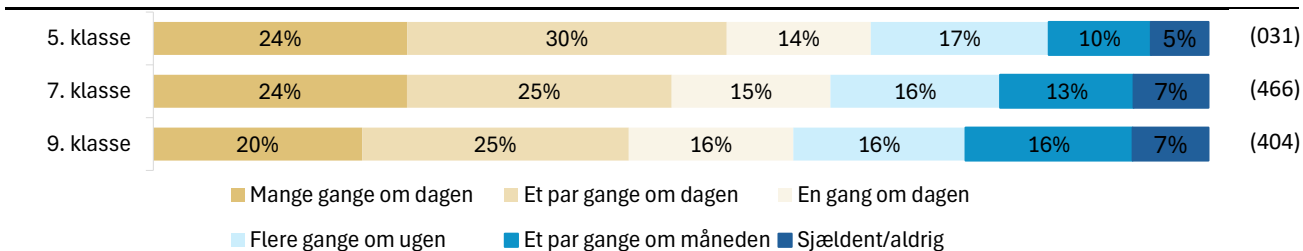


### Køn (2025)

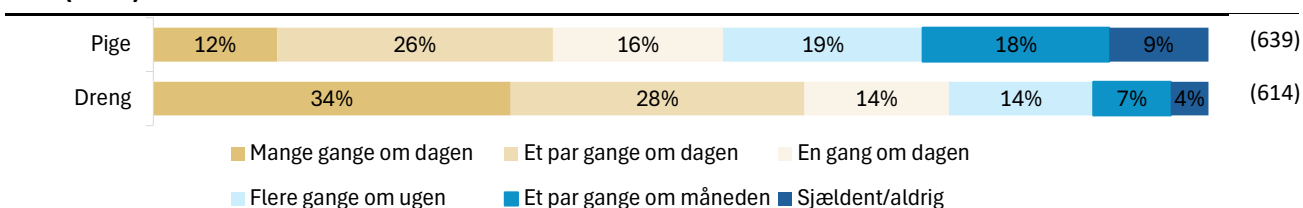


**Hvor ofte gør du følgende på din mobil, tablet, computer eller spillekonsol i din fritid?**  
**Spiller spil**

**Klassetrin (2025)**

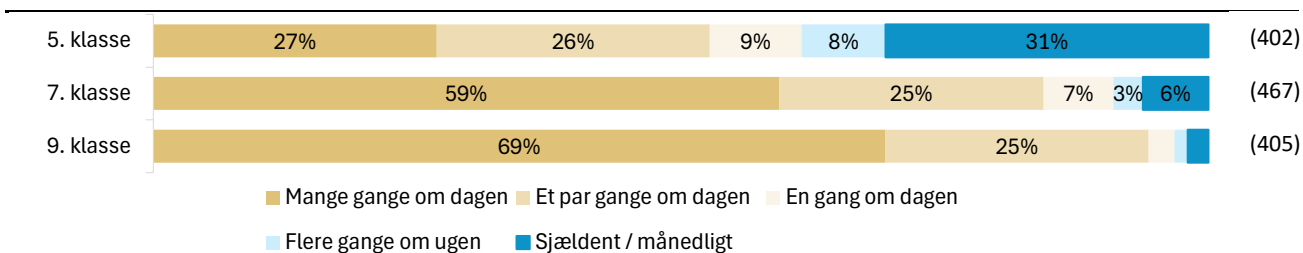


**Køn (2025)**

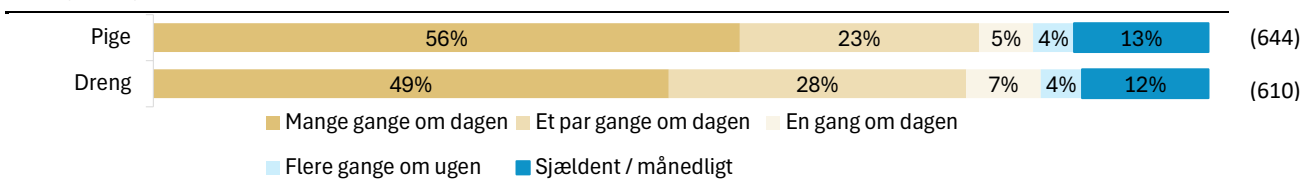


**Hvor ofte gør du følgende på din mobil, tablet, computer eller spillekonsol i din fritid?**  
**Er på sociale medier**

**Klassetrin (2025)**



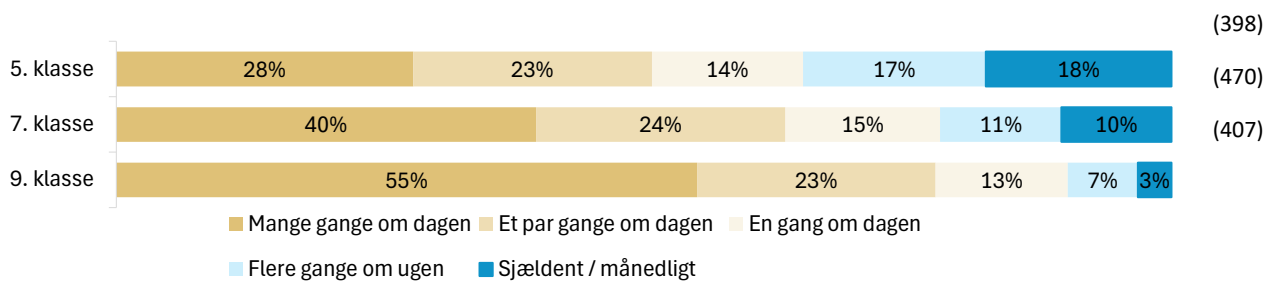
**Køn (2025)**



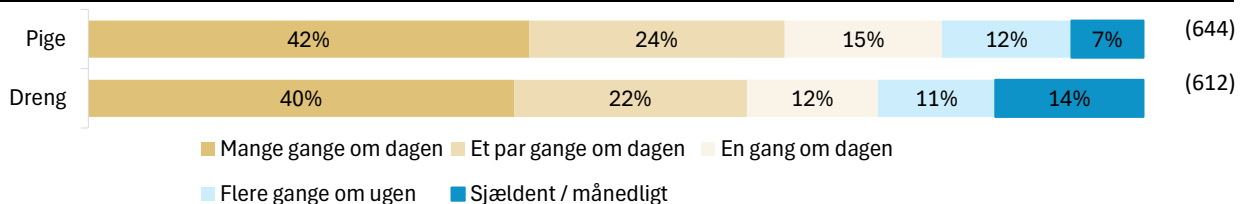
## Hvor ofte gør du følgende på din mobil, tablet, computer eller spillekonsol i din fritid?

### Hører musik

#### Klassetrin (2025)

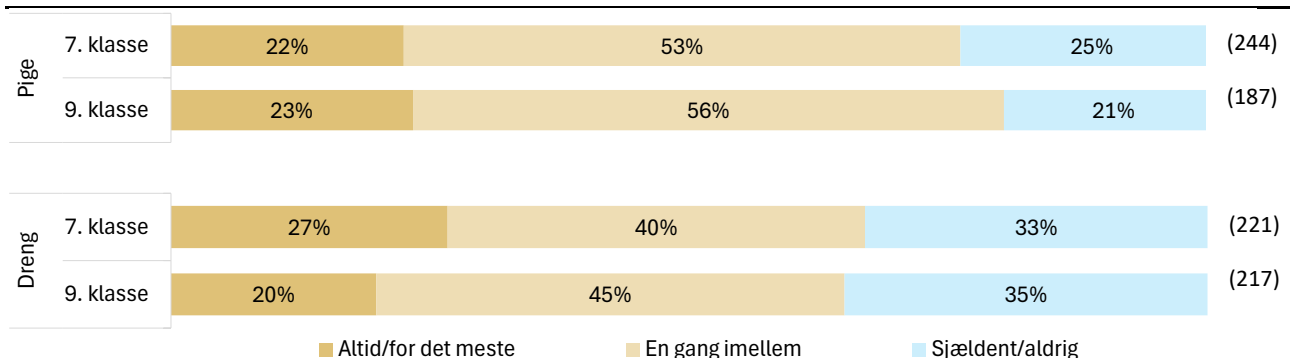


#### Køn (2025)



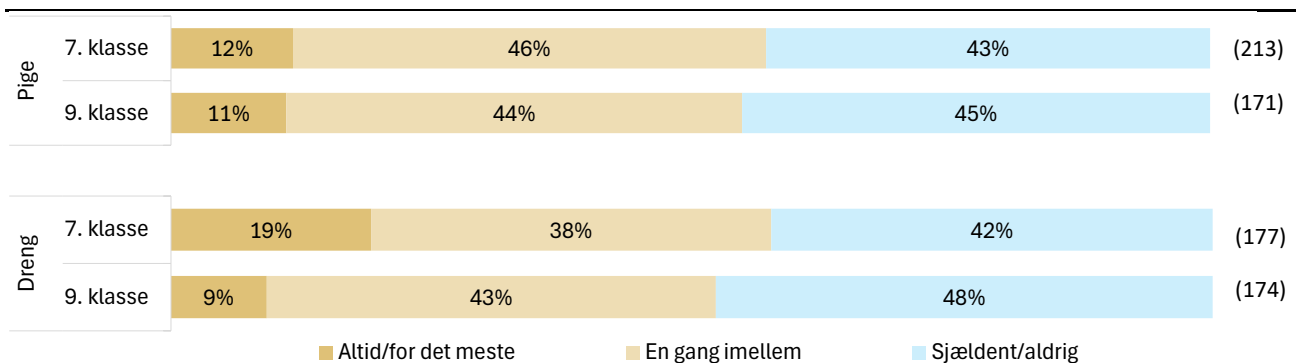
## Synes du, at du bruger for meget tid på mobil, tablet, computer og spillekonsol?

#### Klassetrin og køn (2025)



## Synes du, at du og dine venner bruger for meget tid på mobil, tablet, computer og spillekonsol, når I er sammen?

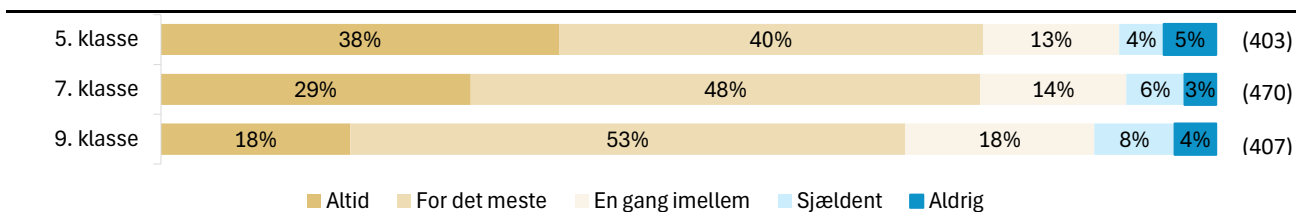
#### Klassetrin og køn



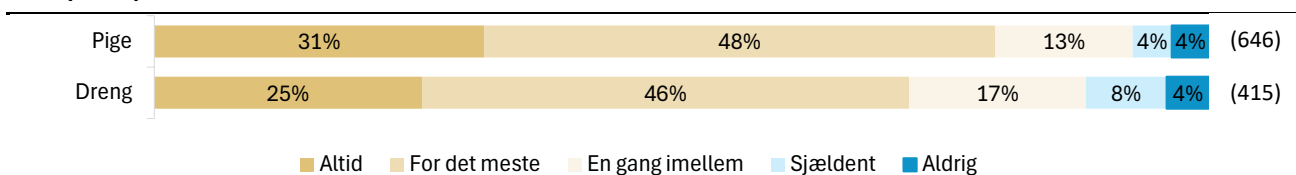
## Forældreinvolvering

*Ved en eller flere af dine forældre, hvem du skriver eller taler med på internettet?*

### Klassetrin (2025)



### Køn (2025)

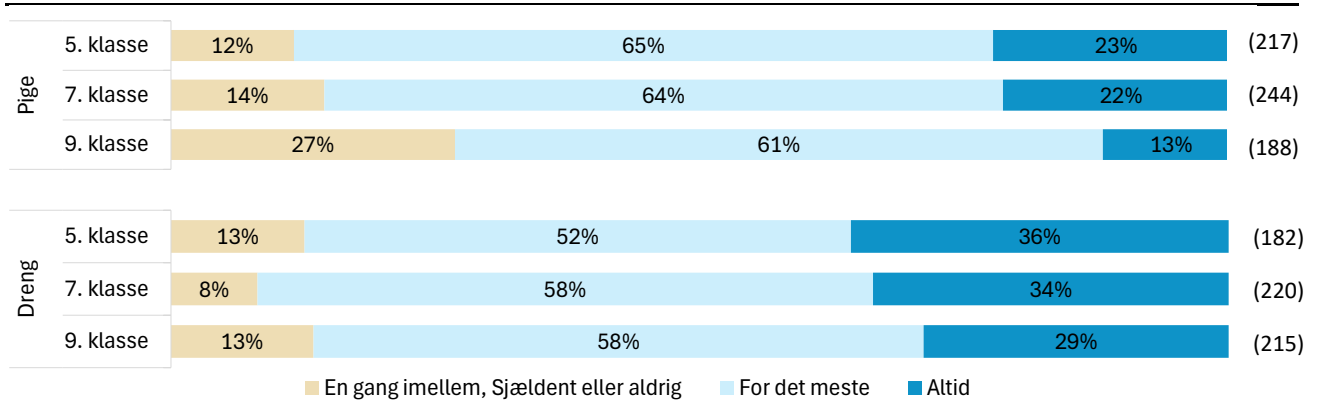


## Helbred

### Selv vurderet helbred

*Føler du dig sund og rask?*

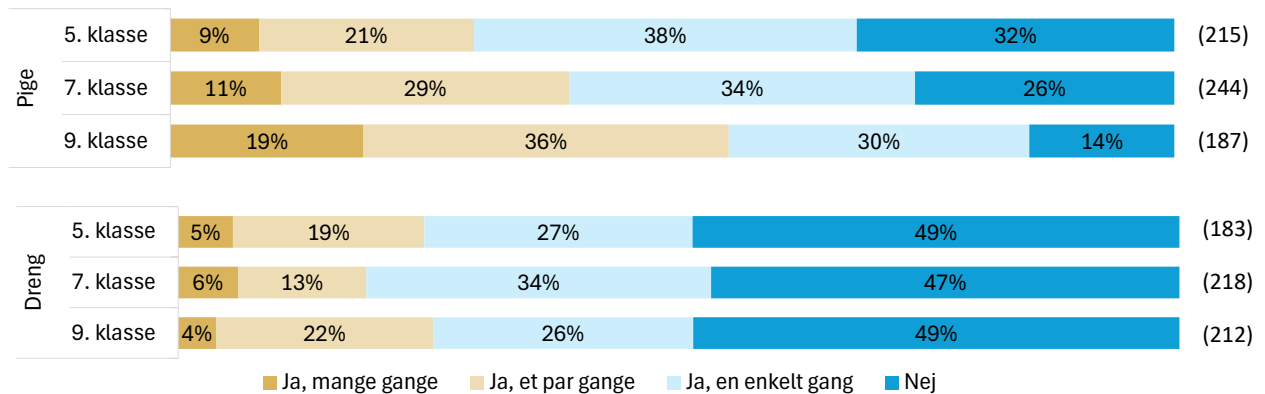
#### Klassetrin og køn (2025)



## Symptomer

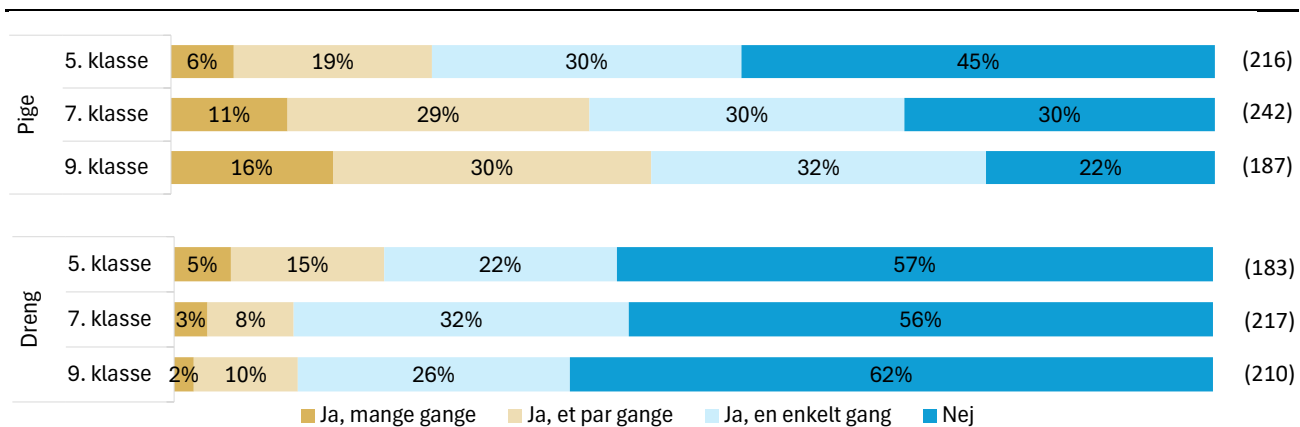
*Tænk på de sidste to uger. Har du haft hovedpine?*

#### Klassetrin og køn (2025)



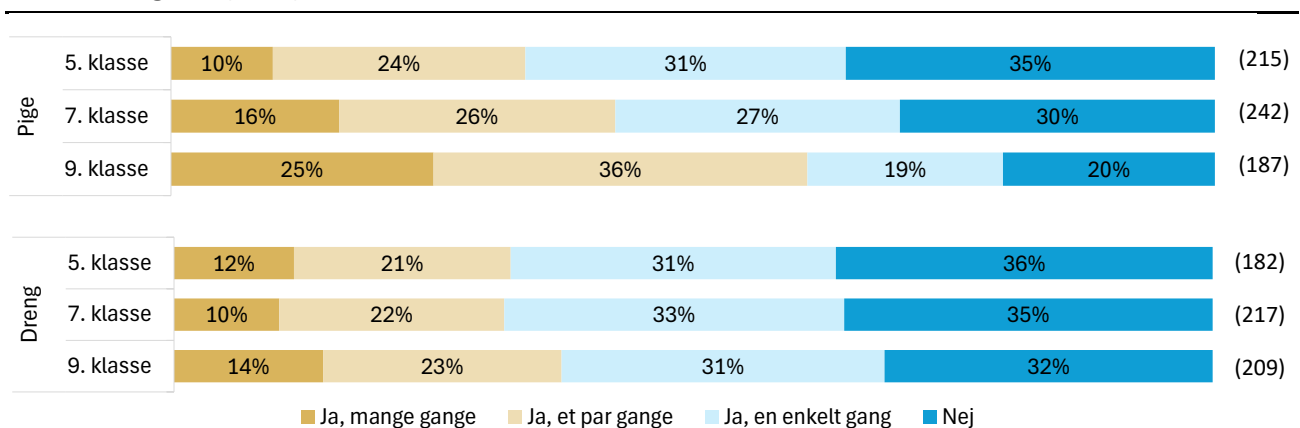
**Tænk på de sidste to uger. Har du haft mavepine?**

**Klassetrin og køn (2025)**



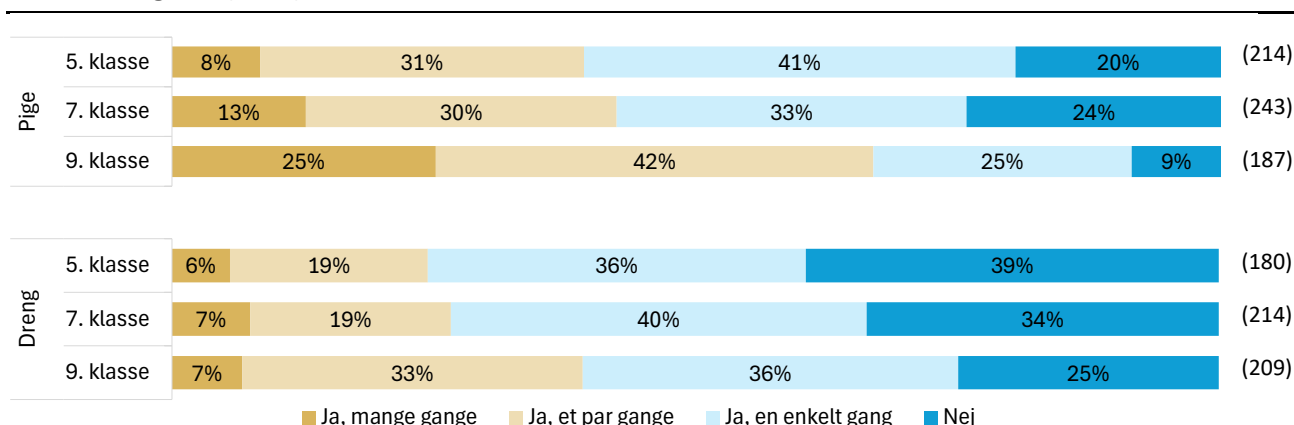
**Tænk på de sidste to uger. Har du haft andre smerter fx ondt i nakken eller ryggen?**

**Klassetrin og køn (2025)**



**Tænk på de sidste to uger. Har du været irriteret/ i dårligt humør?**

**Klassetrin og køn (2025)**

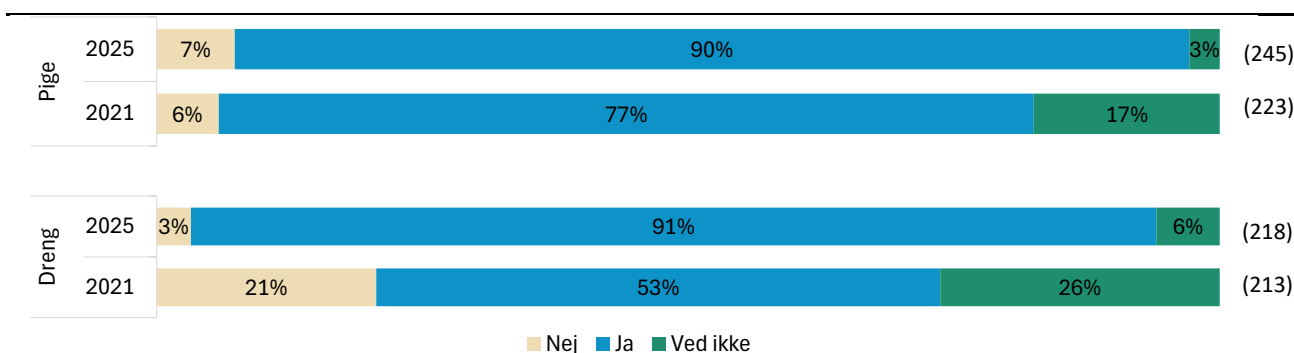


**Vaccinationer**

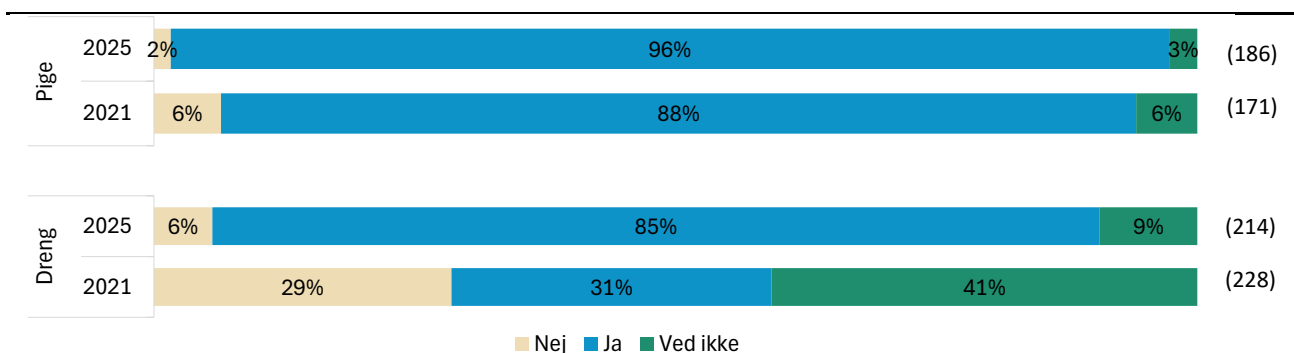
**Har du fået din 12-års-vaccine (HPV-vaccine)?**

HPV-vaccination blev indført i det danske børnevaccinationsprogram for piger i 2009 og for drenge i 2019.

**7. klasse**

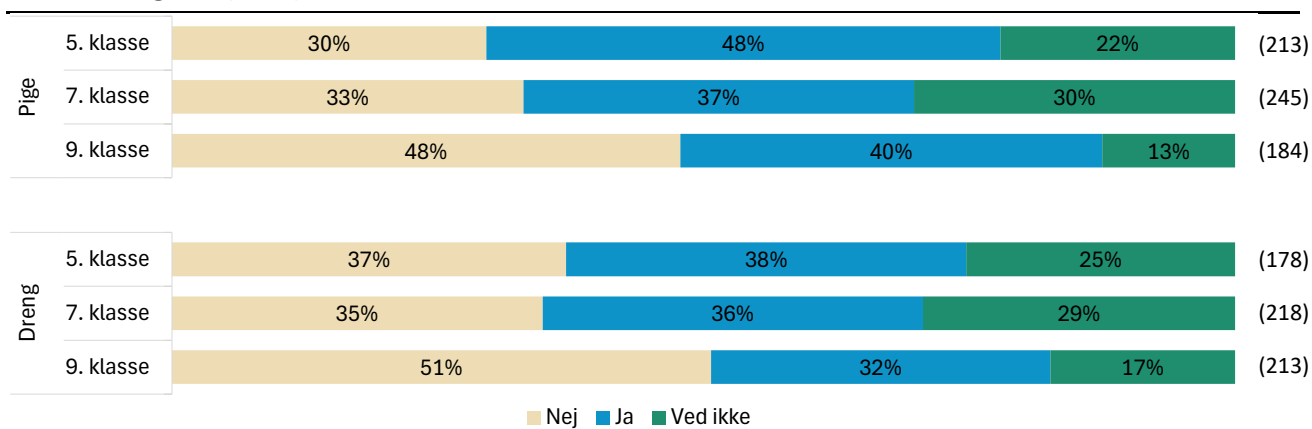


**9. klasse**



**Tager du D-vitamin? (Det kan fx være en del af en multivitaminpille)**

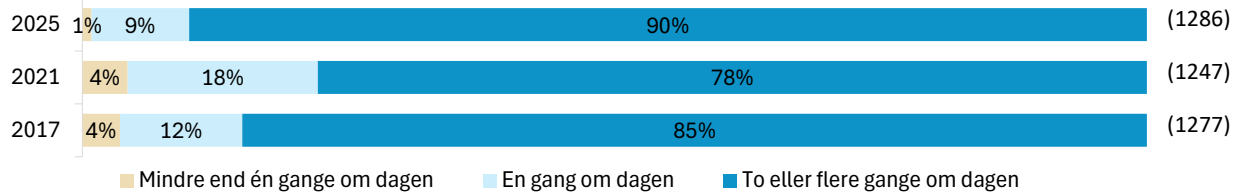
**Klassetrin og køn (2025)**



## Tandbørstning

*Hvor tit børster du tænder?*

**5., 7. og 8./9. klasse\***

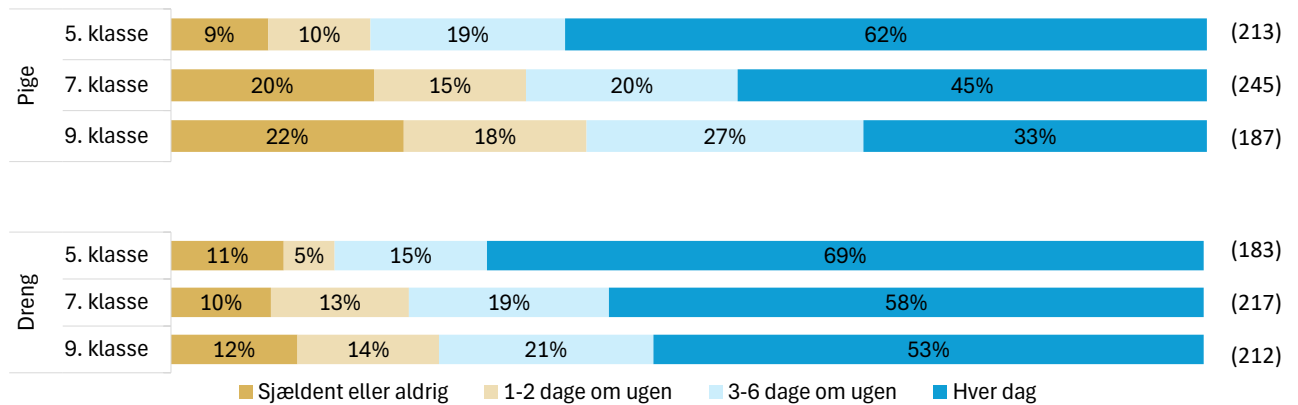


*\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025*

## Måltidsvaner

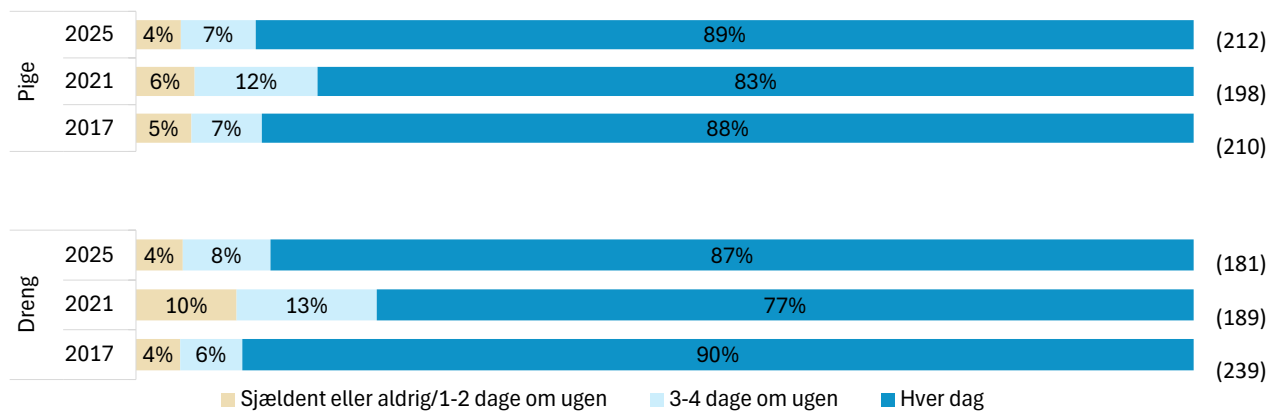
### *Hvor tit spiser du morgenmad?*

#### Klassetrin og køn (2025)

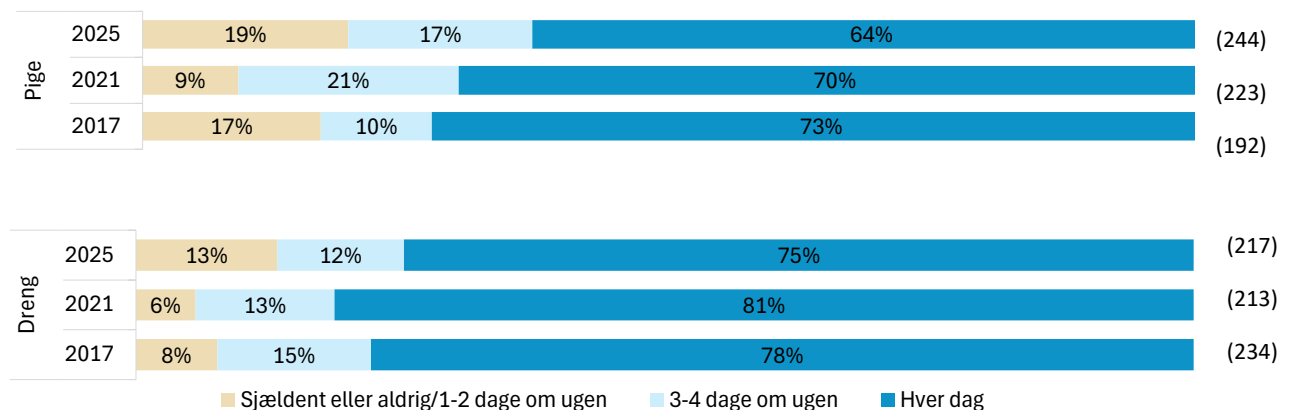


### Hvor tit spiser du frokost, når du er i skole?

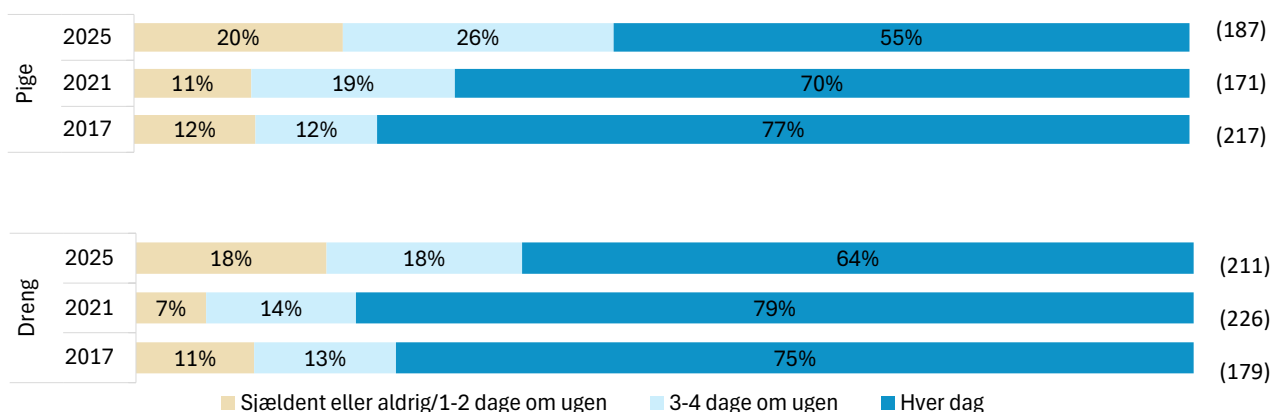
#### 5. klasse



#### 7. klasse



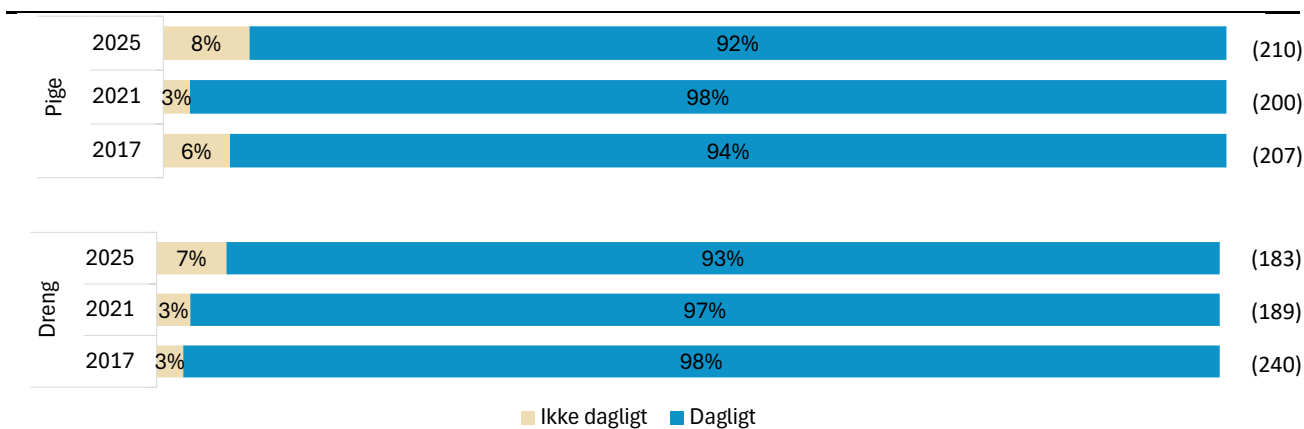
#### 8./9. klasse\*



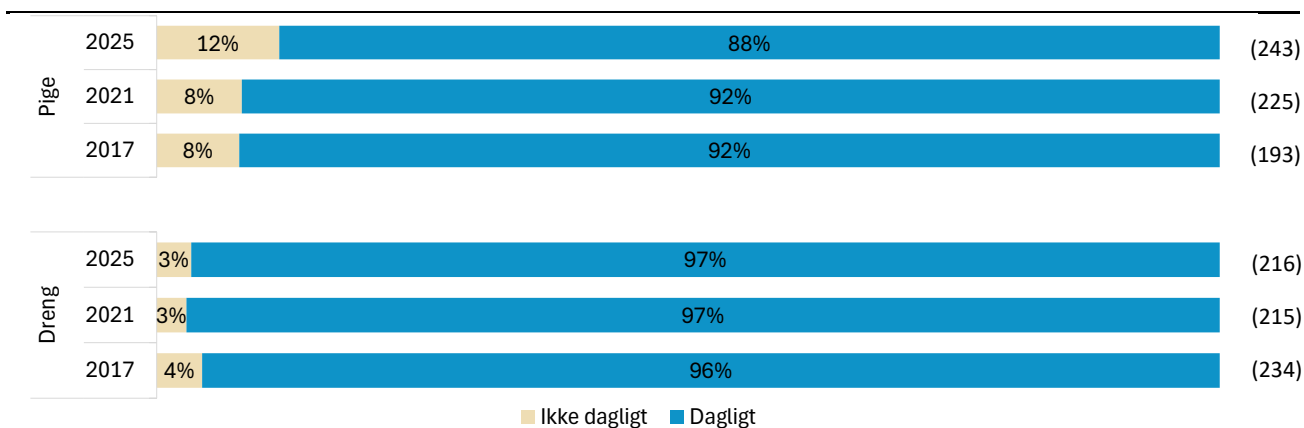
\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025

### Spiser aftensmad dagligt

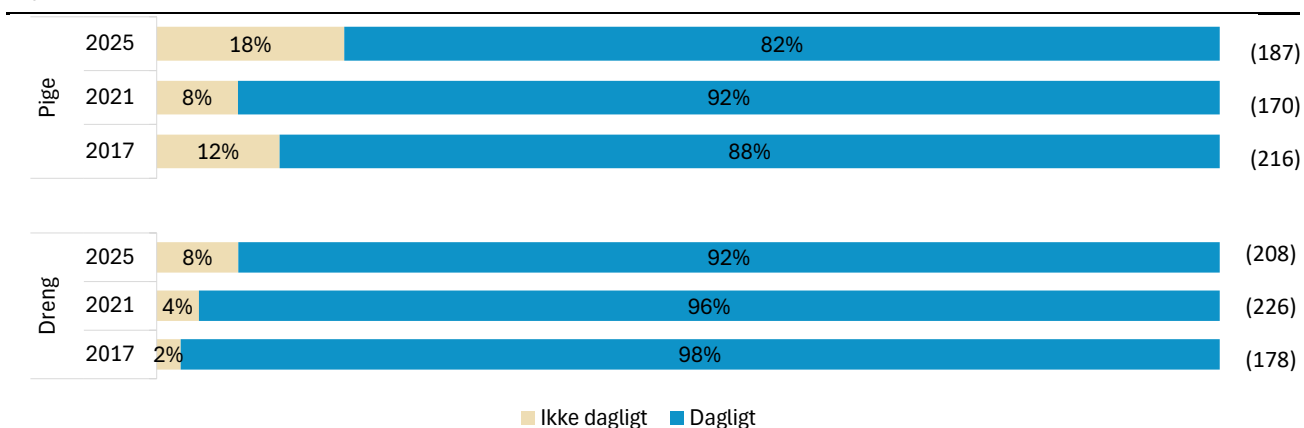
#### 5. klasse



#### 7. klasse



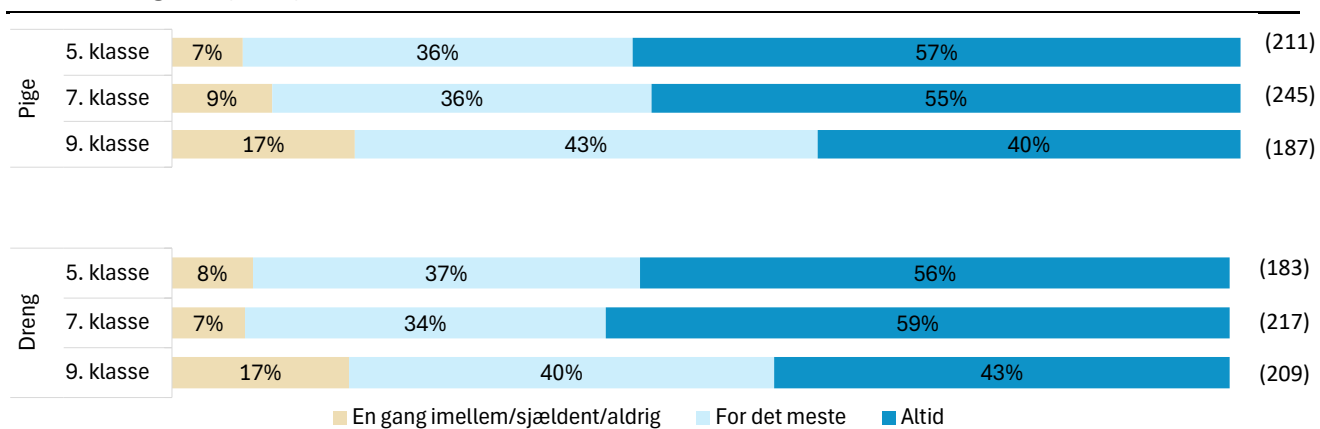
#### 8./9. klasse\*



\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025

***Spiser du aftensmad sammen med din familie?***

**Klassetrin og køn (2025)**

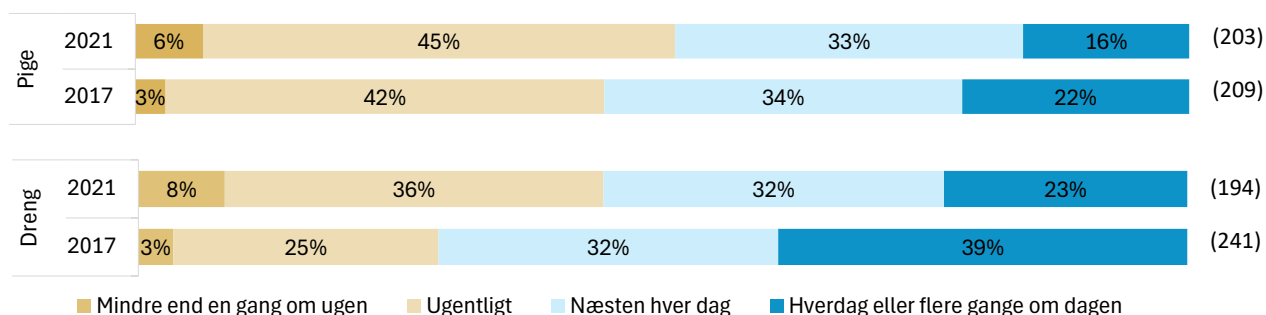


## Fysisk aktivitet og fritidsliv

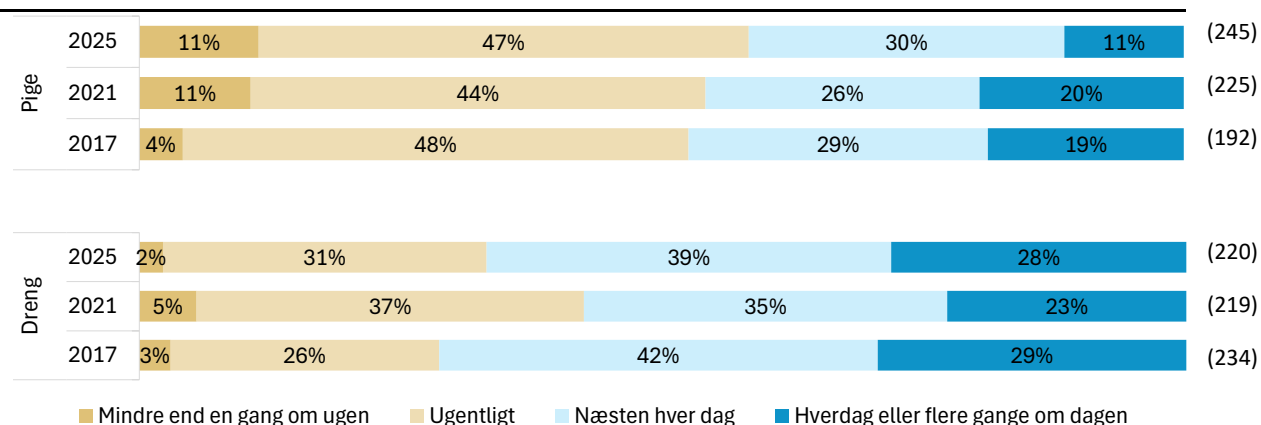
### Bevægelse

*Hvor tit bevæger du dig, så du bliver svedig eller forpustet?*

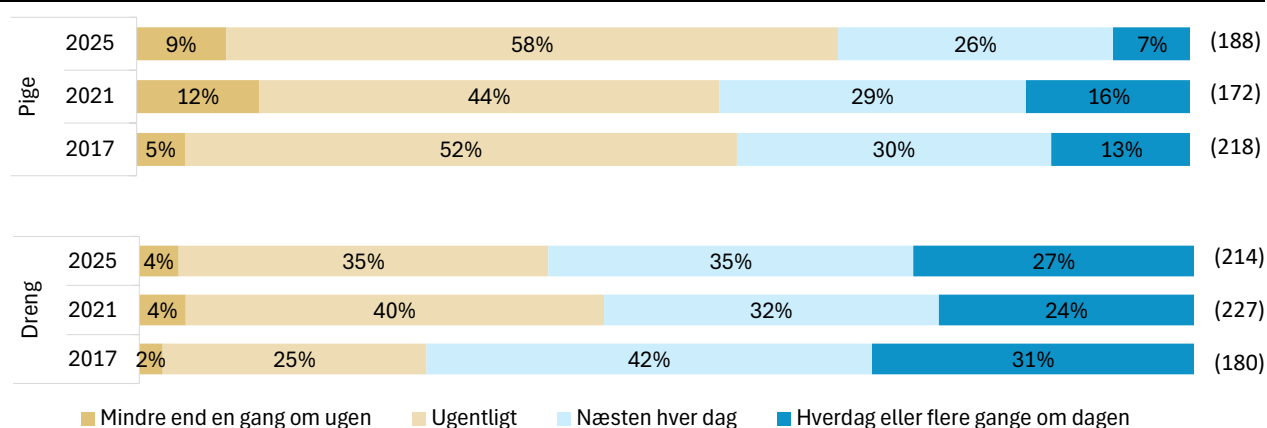
#### 5. klasse



#### 7. klasse



#### 8./9. klasse\*

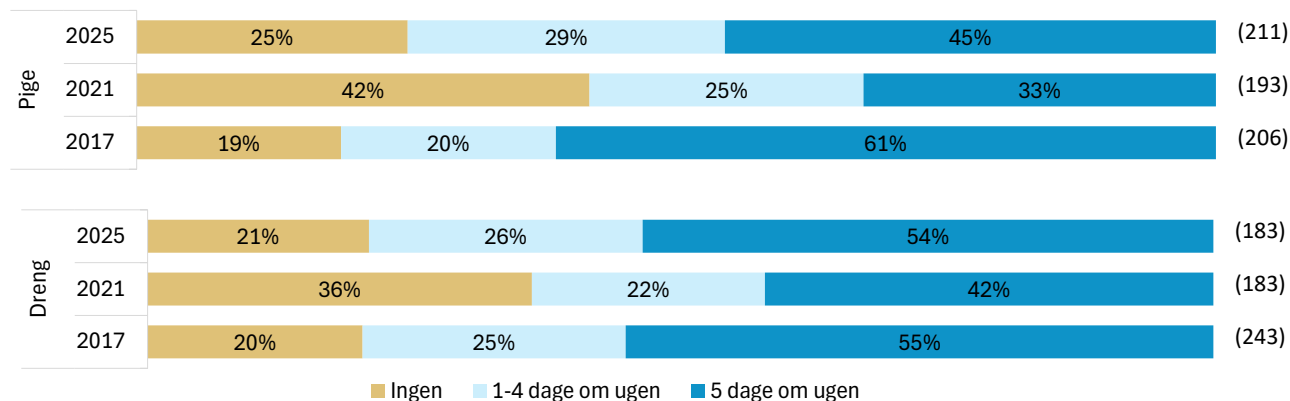


\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025

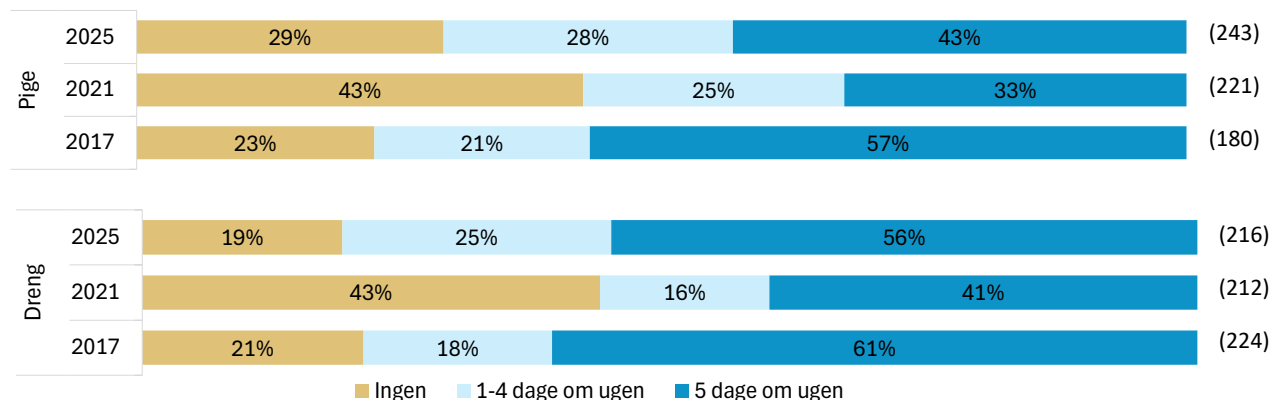
## Aktiv transport og brug af cykelhjelme

*Hvor mange dage i sidste uge kom du til eller fra skole ved fx at cykle, gå eller køre på løbehjul eller skateboard?*

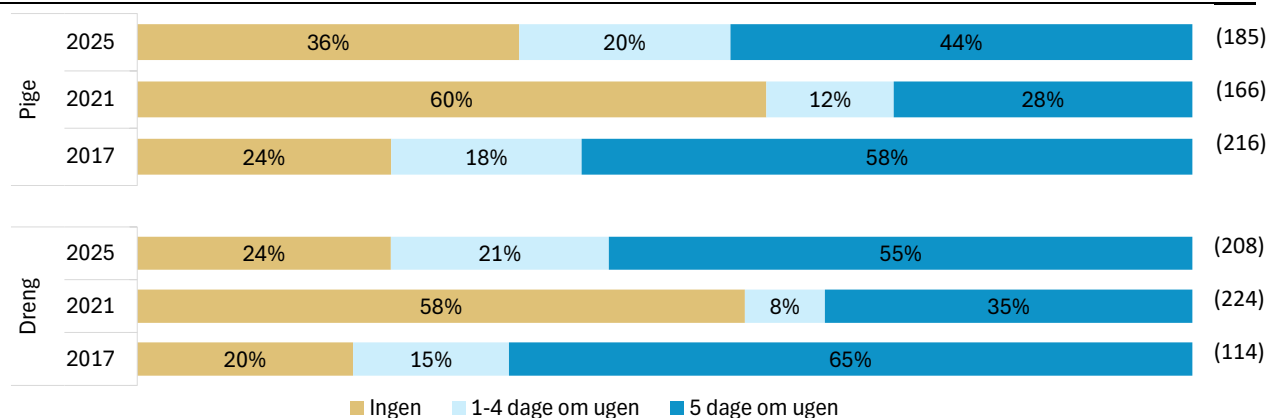
### 5. klasse



### 7. klasse



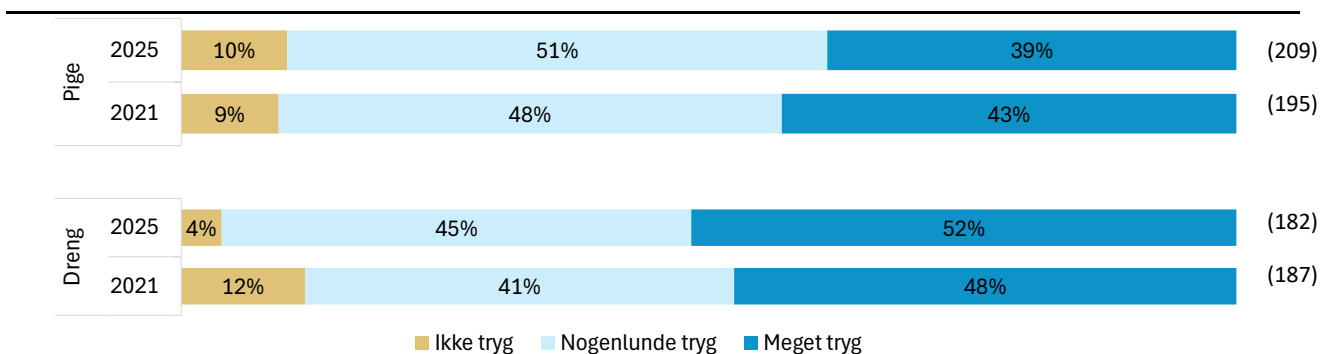
### 8./9. klasse\*



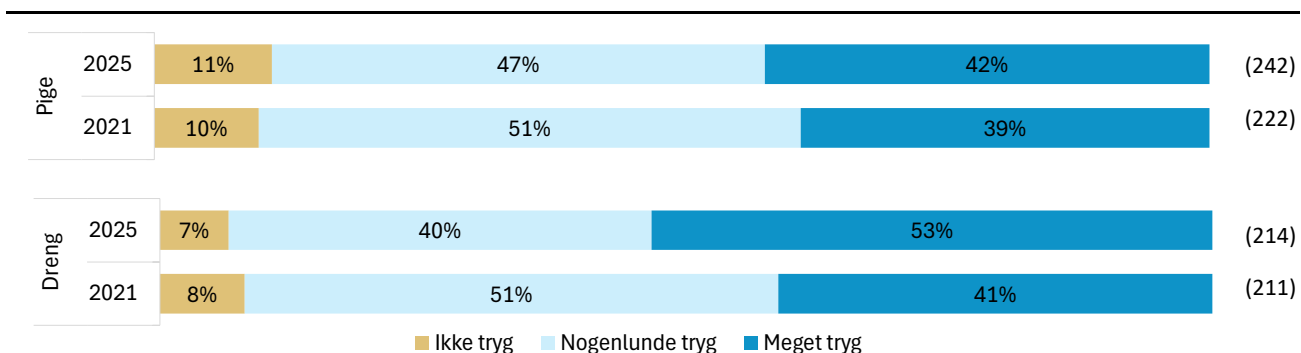
\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025

## Hvordan oplever du din skolevej?

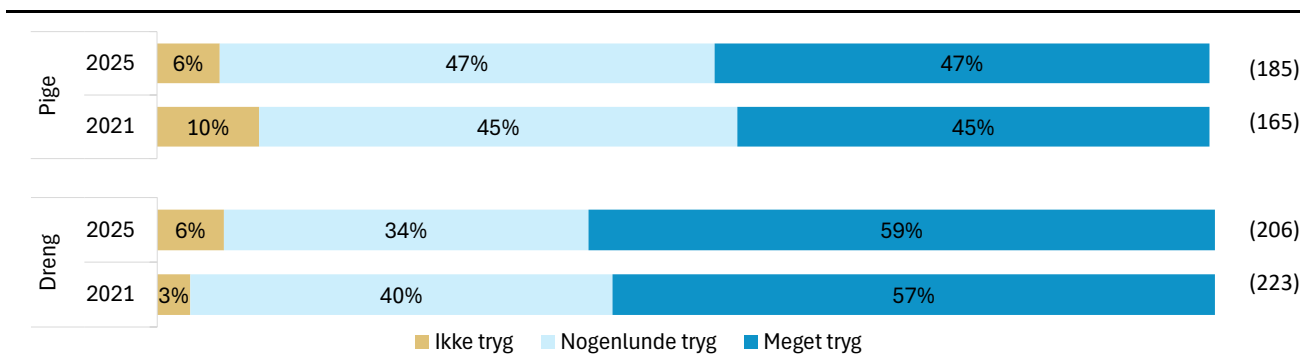
### 5. klasse



### 7. klasse

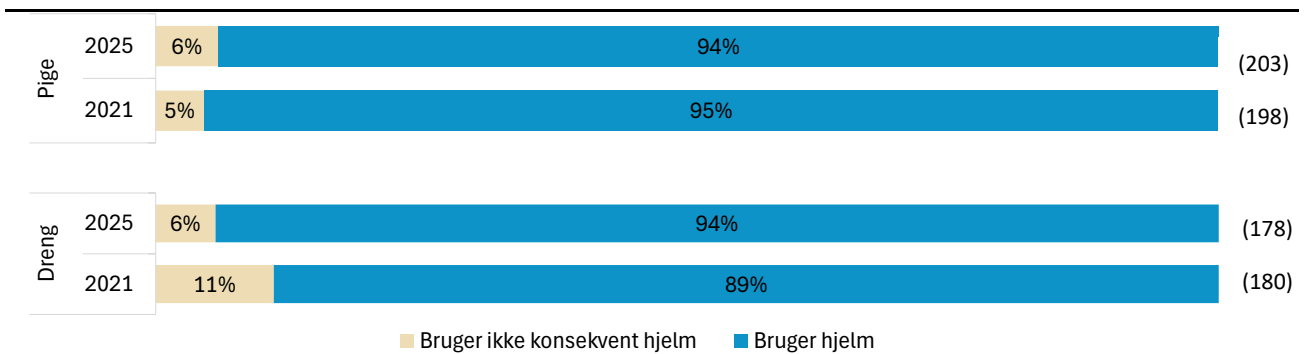


### 9. klasse

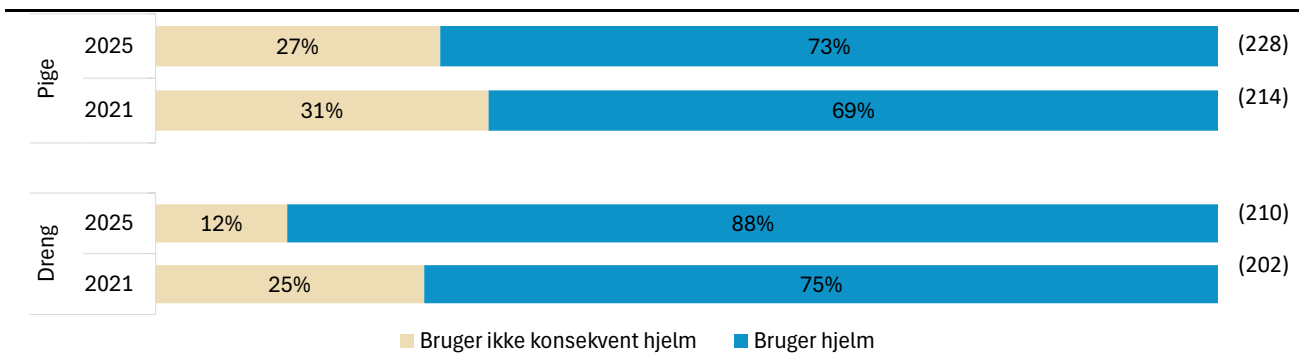


**Hvor ofte har du cykelhjelm på, når du cykler?**

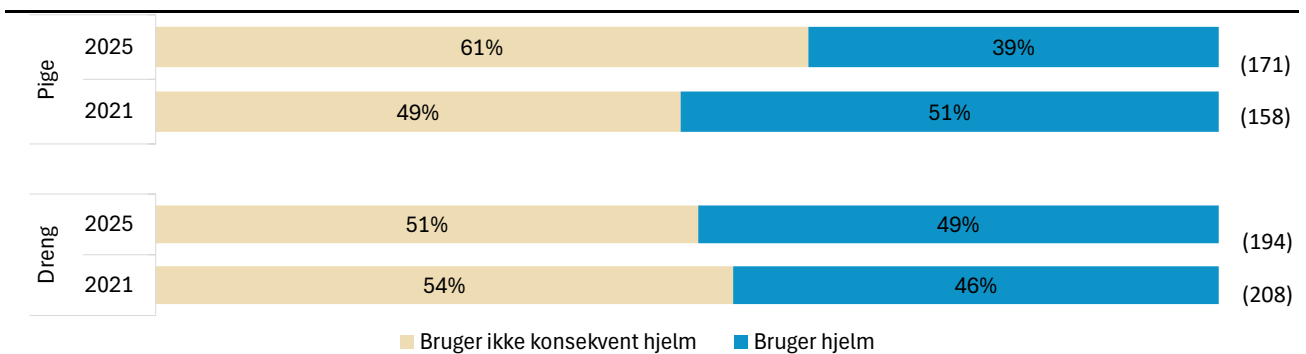
**5. klasse**



**7. klasse**



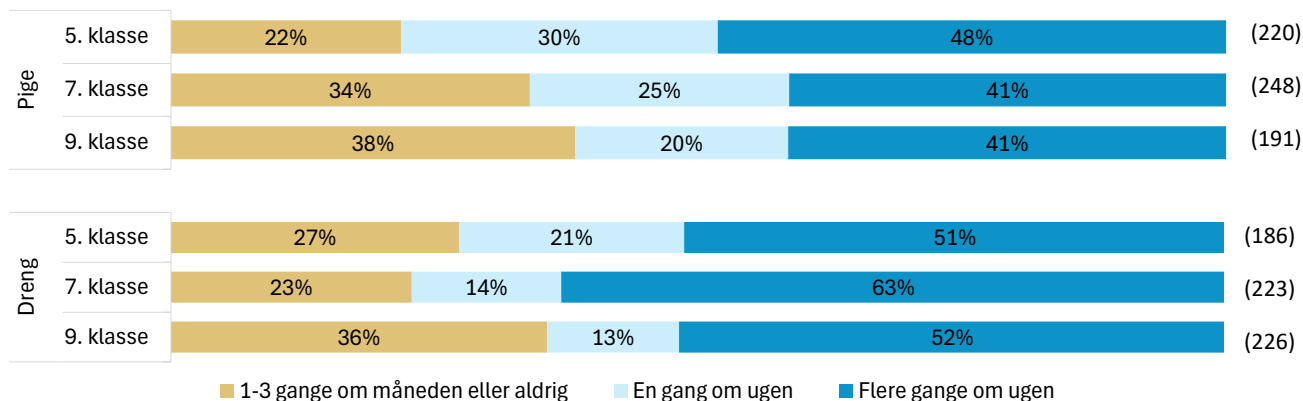
**9. klasse**



## Fritidsliv

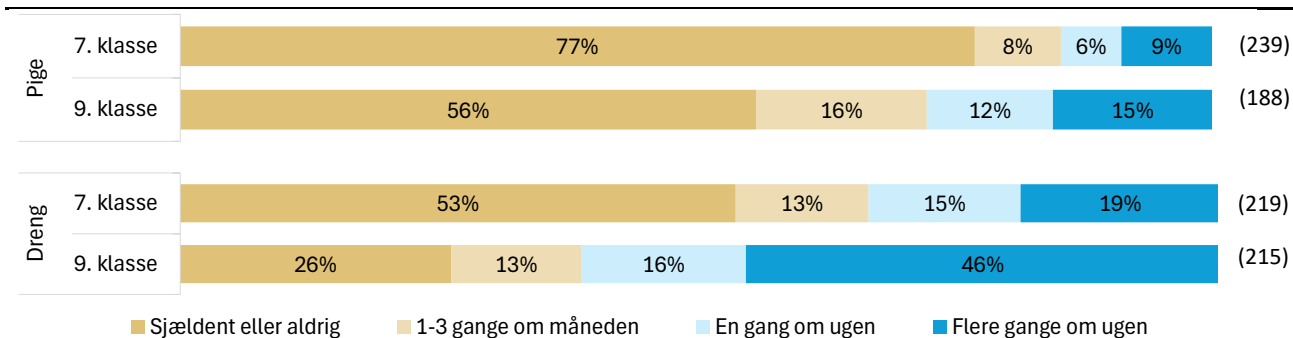
**Hvor tit gør du følgende i din fritid? Går til sport i en forening eller klub. Fx fodbold, håndbold, svømning eller ridning**

### Klassetrin og køn (2025)



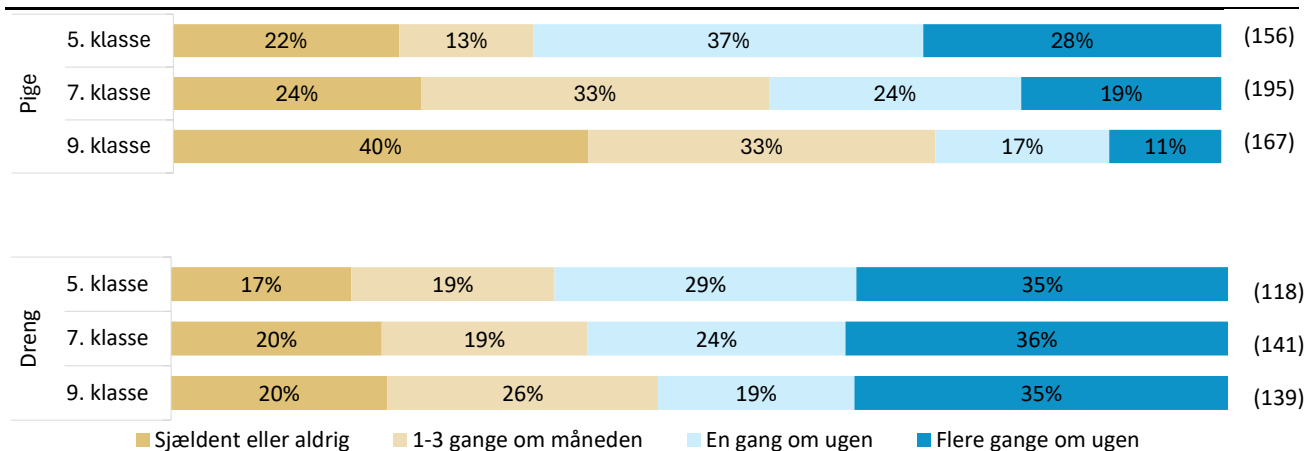
**Hvor tit gør du følgende i din fritid? Dyrker fitness eller styrketræning i et fitnesscenter**

### Køn og klassetrin (2025)



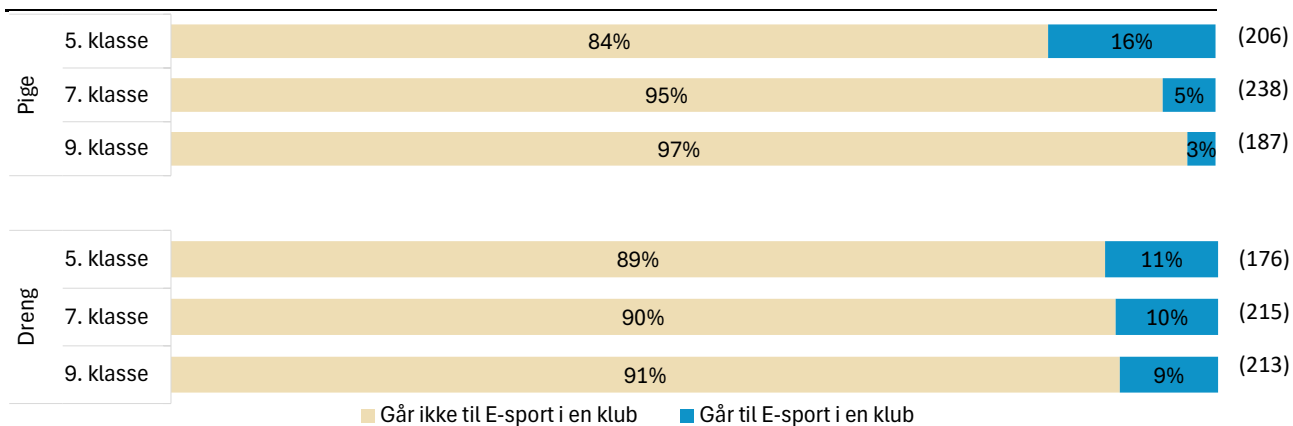
**Hvor tit gør du følgende i din fritid? Dyrker motion eller sport uden for en forening eller fitnesscenter. Fx løber, skater, spiller streetbasket eller hopper trampolin**

**Køn og klassetrin (2025)**



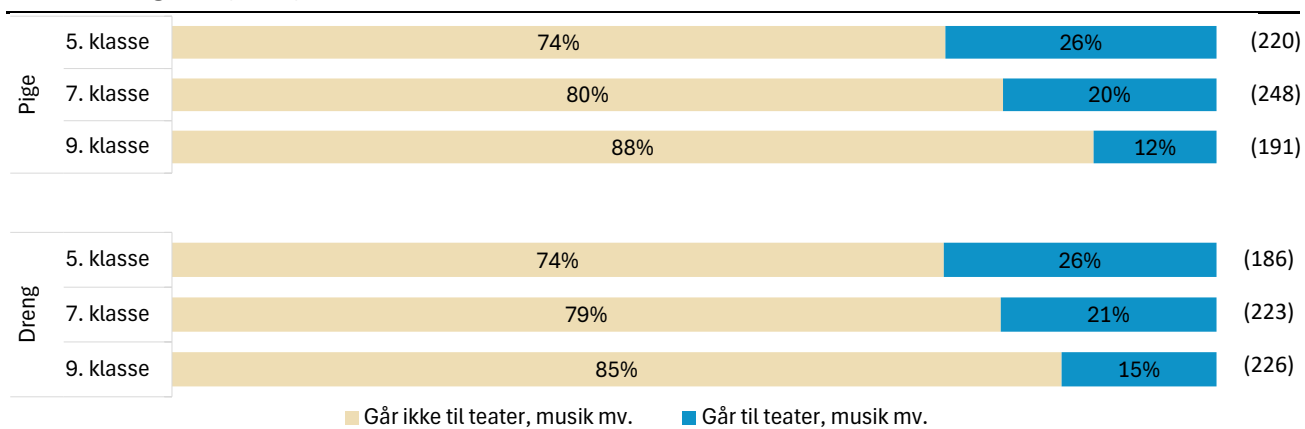
**Går til E-sport i forening eller klub**

**Køn og klassetrin (2025)**



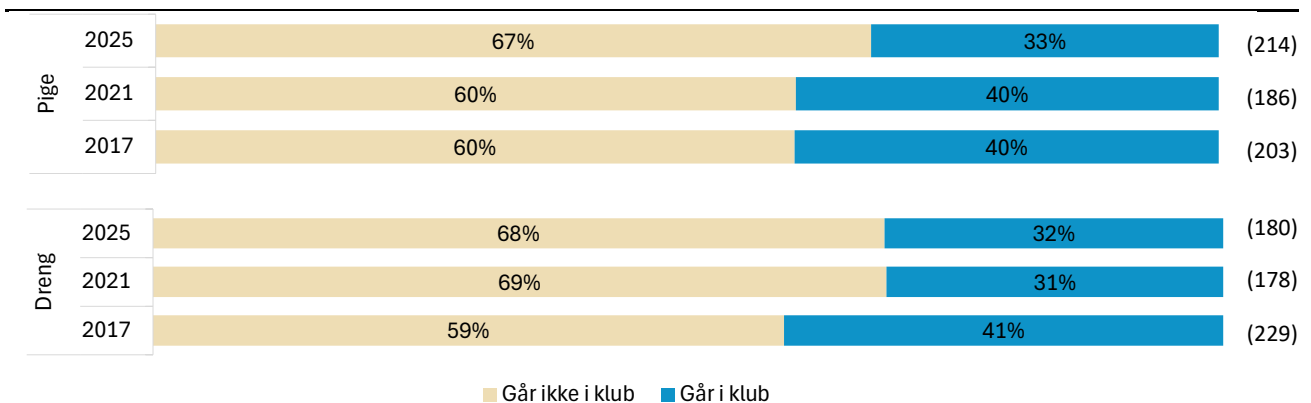
***Går til teater, musik, spejder, rollespil, skak eller lignende aktivitet fx i forening***

**Klassetrin og køn (2025)**

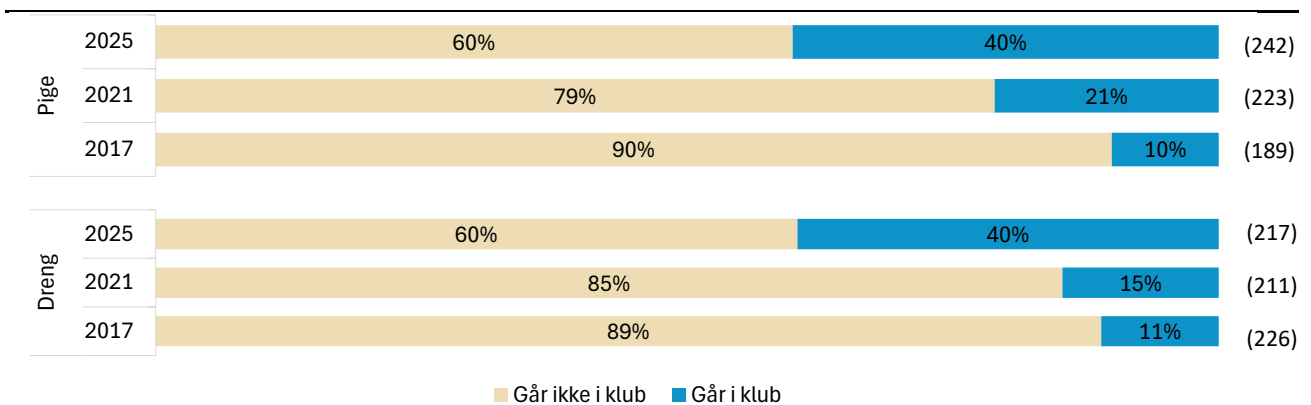


**Går i klub. Fx juniorklub eller ungdomsklub**

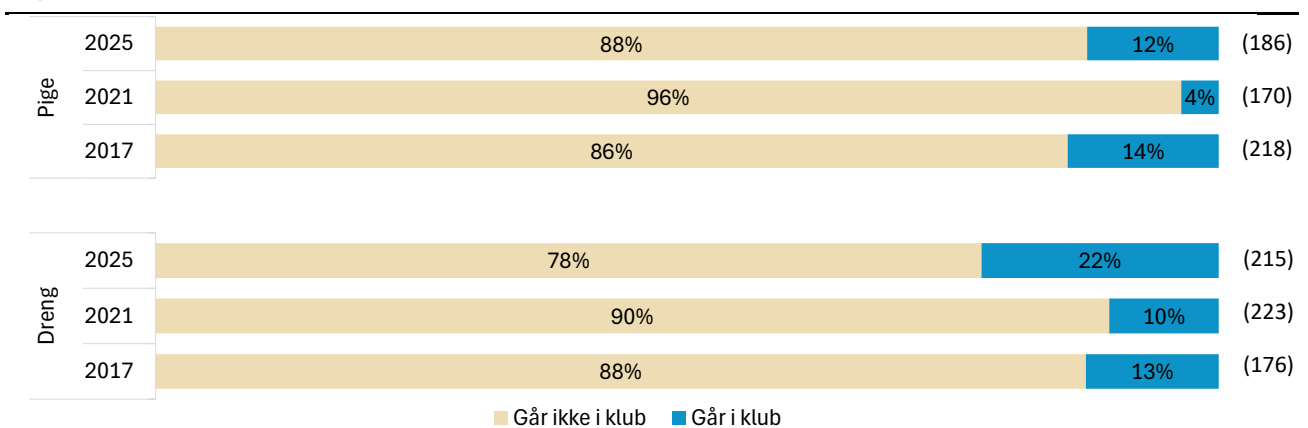
**5. klasse**



**7. klasse**



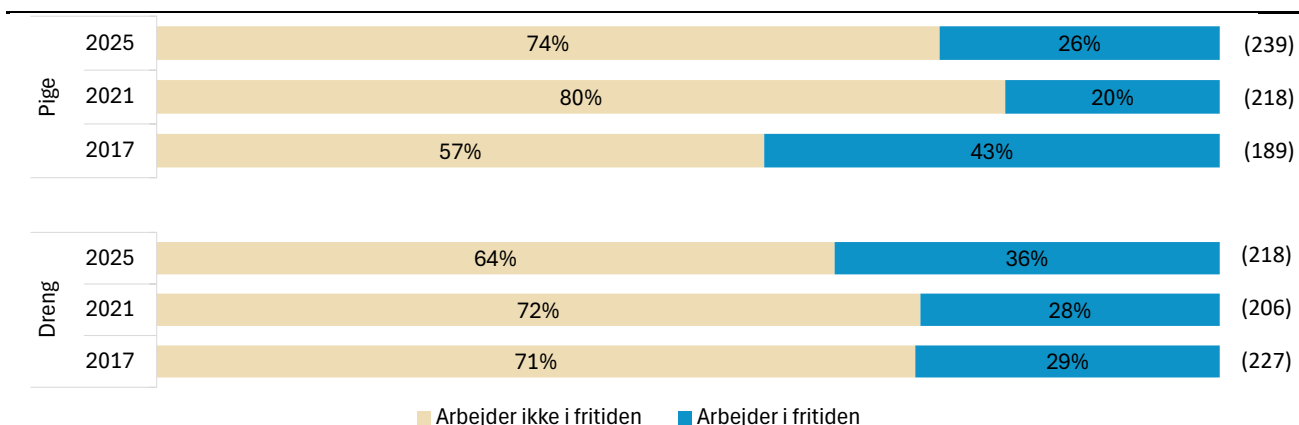
**8. / 9. klasse\***



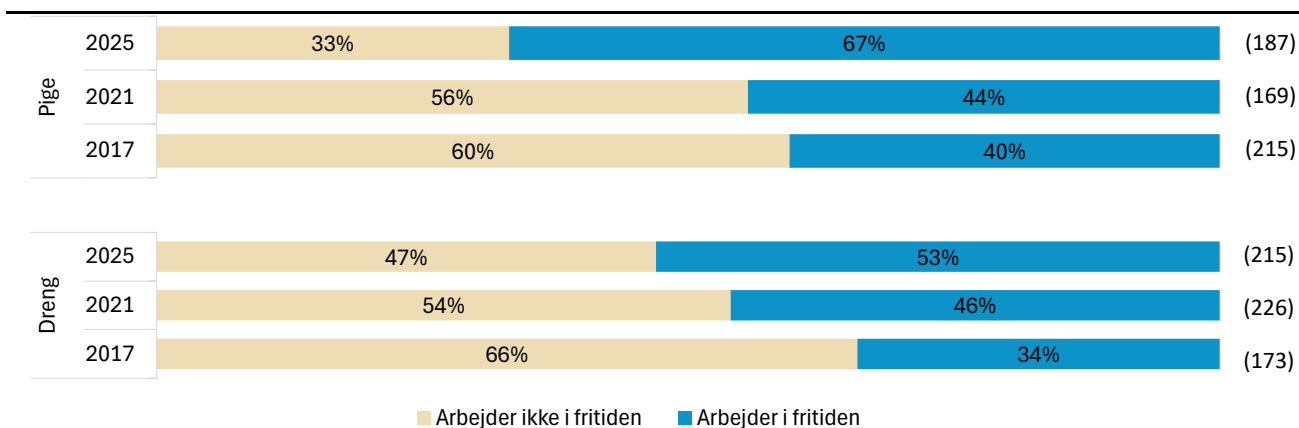
\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025

## Arbejder i din fritid

### 7. klasse



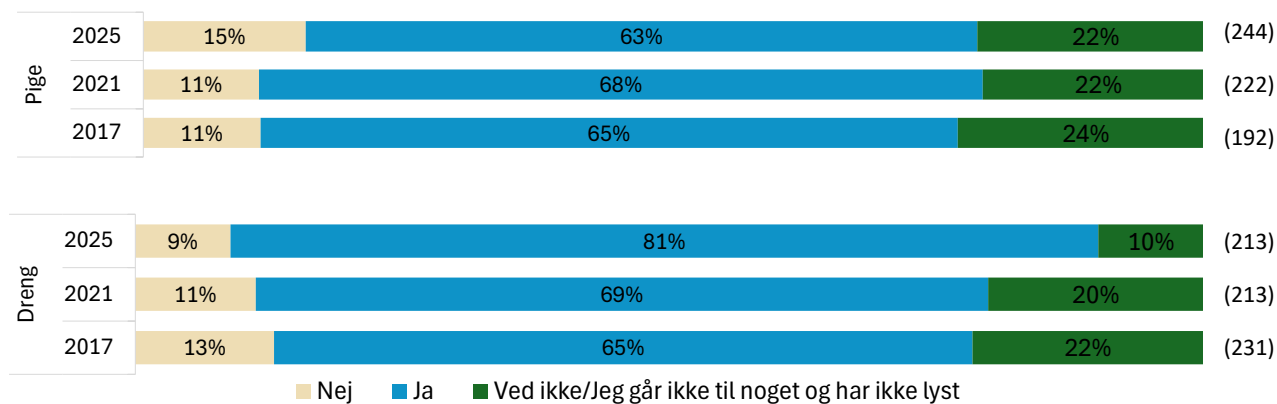
### 8./9. klasse\*



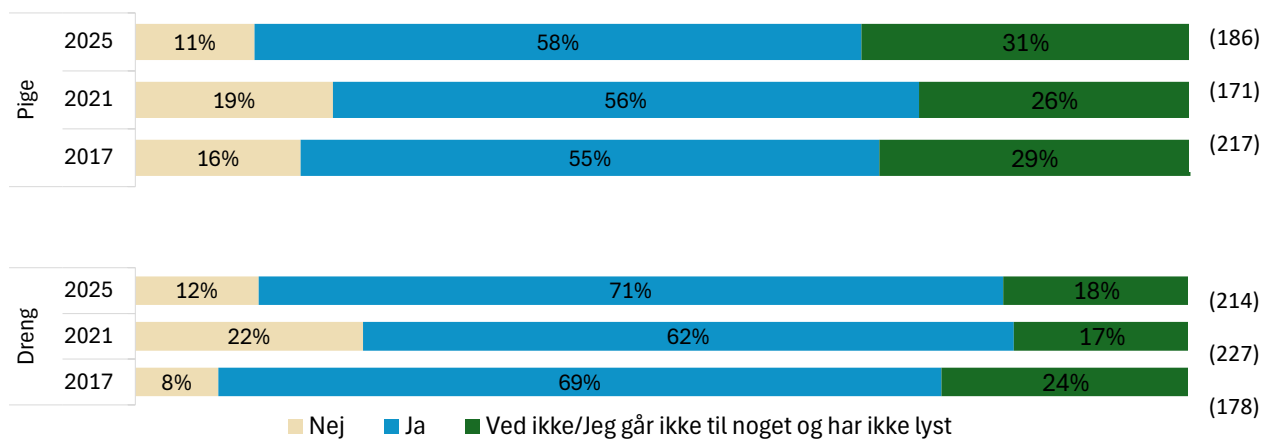
\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025

**Går du til de fritidsaktiviteter, du gerne vil?**

**7. klasse**



**8./9. klasse\***



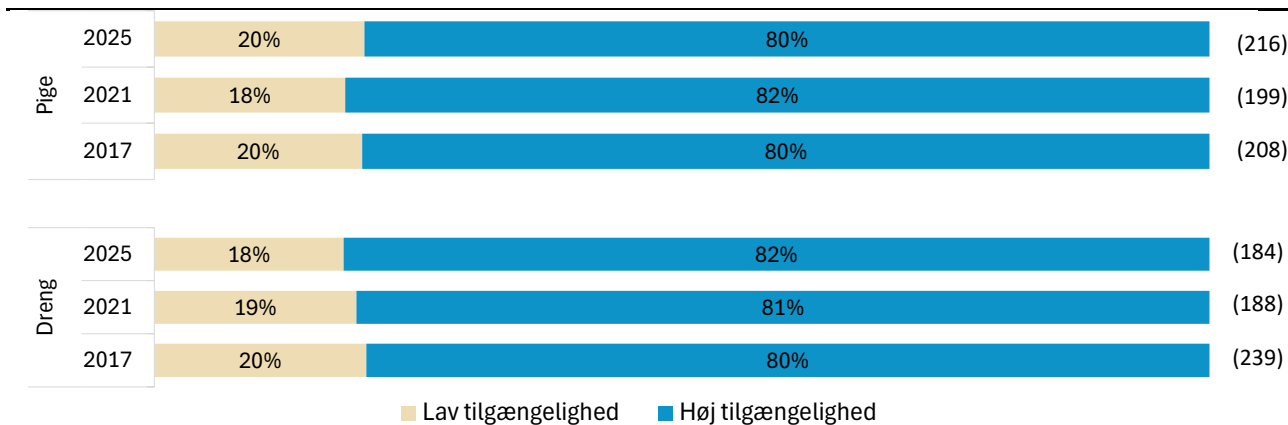
\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025

## Fysiske rammer

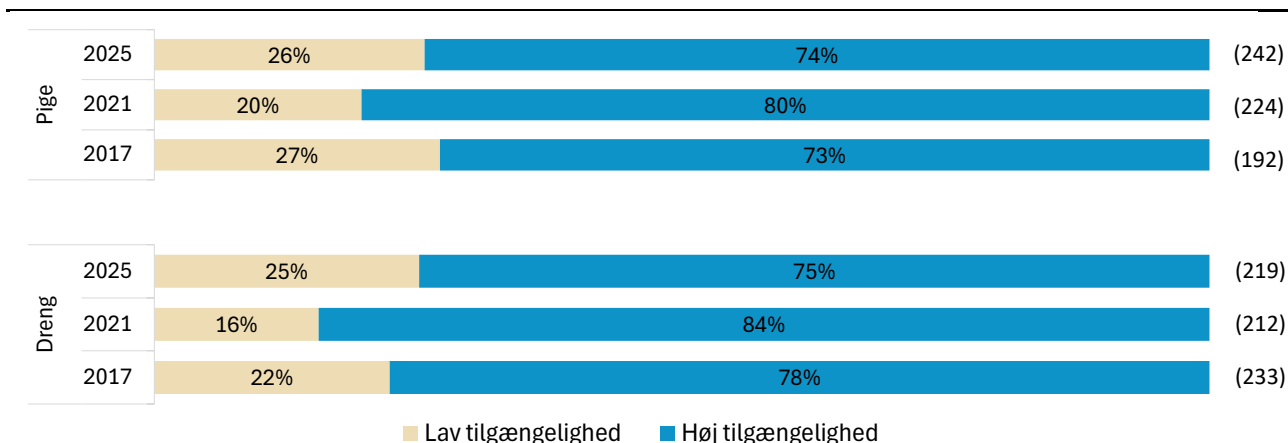
**Er der gode steder i nærheden af, hvor du bor, hvor man kan bevæge sig? Fx lege og dyrke sport.**

Høj tilgængelighed dækker svarene "Ja mange" og "Ja, en del", mens lav tilgængelighed dækker over "Ikke ret mange" og "Nej, næsten ingen"

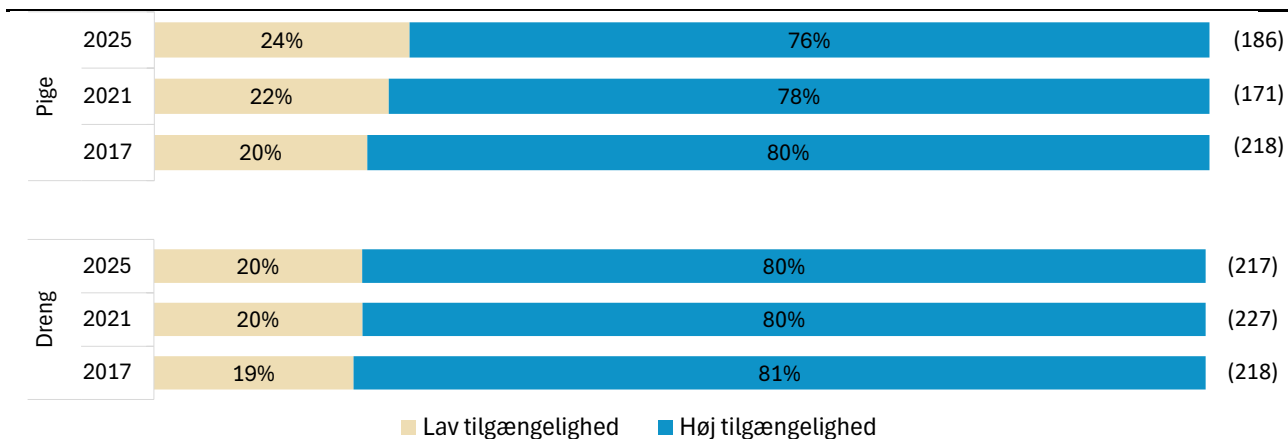
### 5. klasse



### 7. klasse



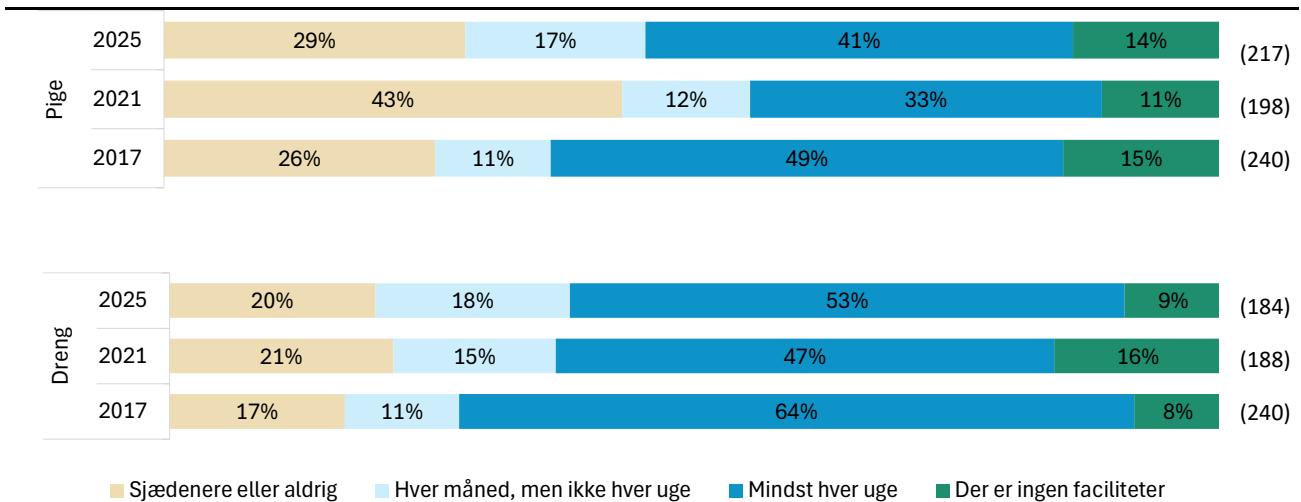
### 8./9. klasse\*



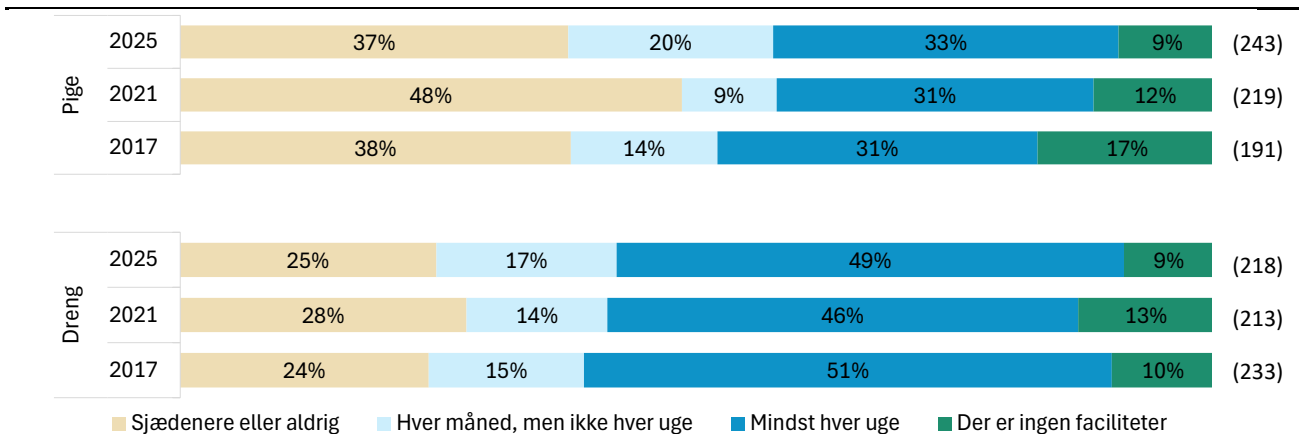
*\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025*

**Hvor tit bruger du faciliteter som fx fodboldbane, hal og basketbane i nærheden af, hvor du bor?**

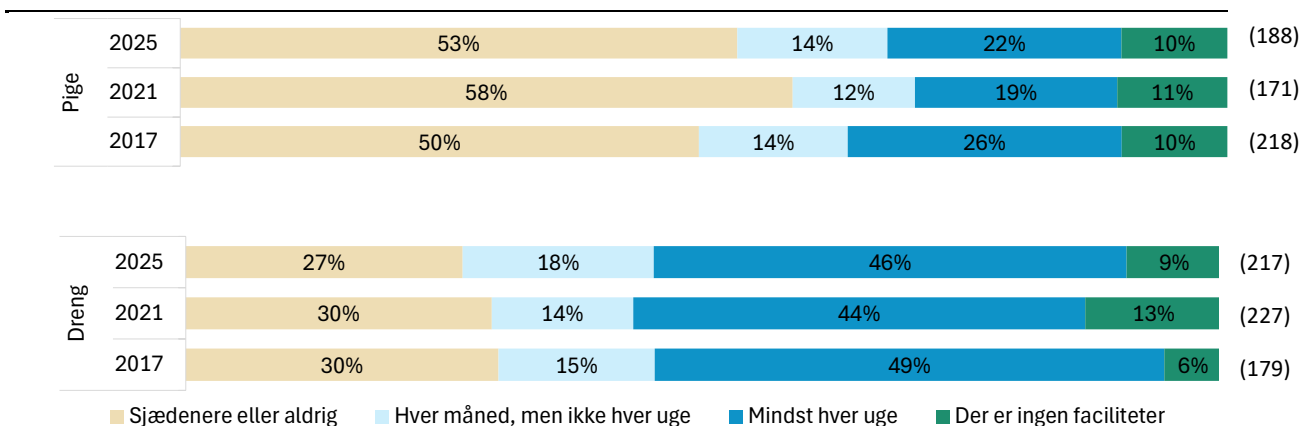
**5. klasse**



**7. klasse**



**8./9. klasse\***

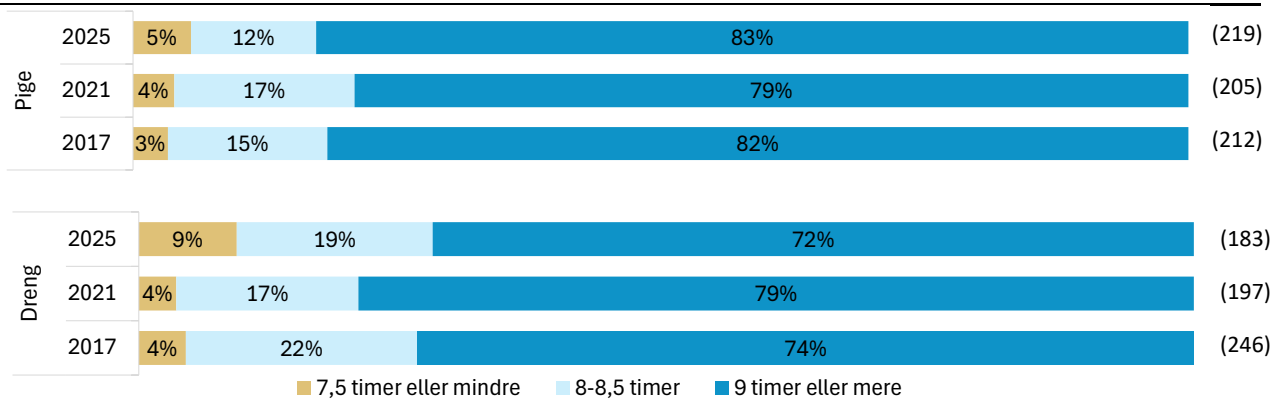


*\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025*

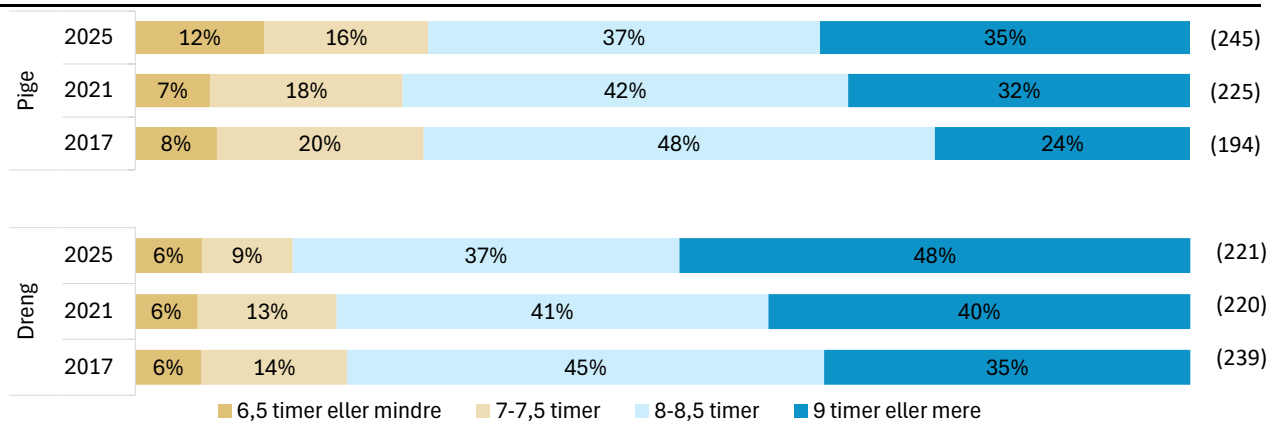
## Søvn

### Antal timers søvn om natten op til en skoledag

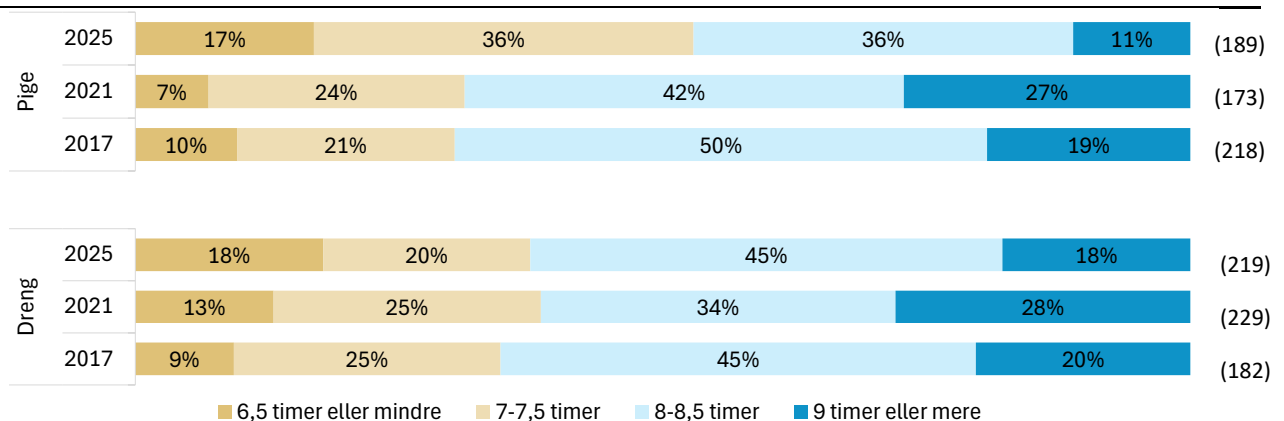
#### 5. klasse



#### 7. klasse



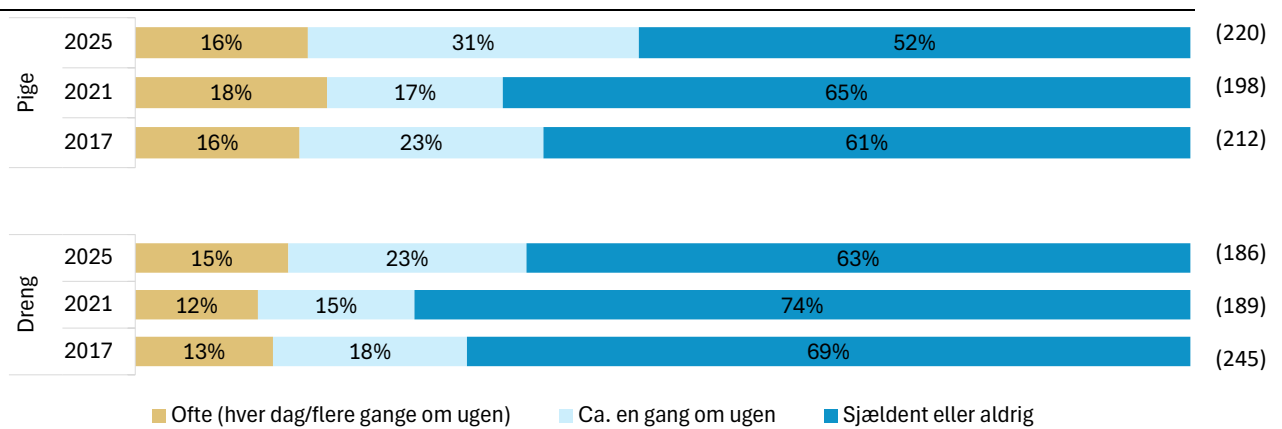
#### 8./9. klasse\*



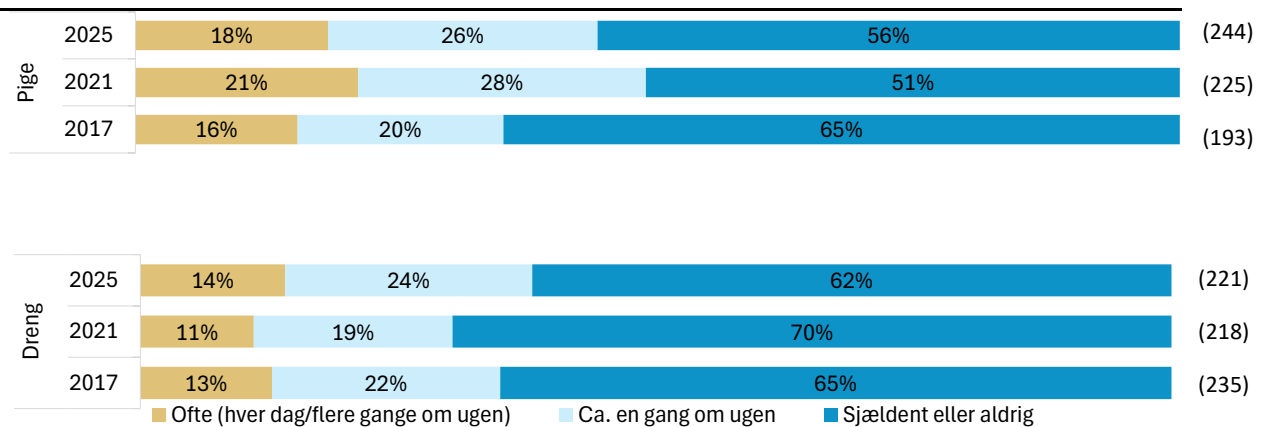
\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025

### Hvor ofte sover du dårligt eller uroligt om natten?

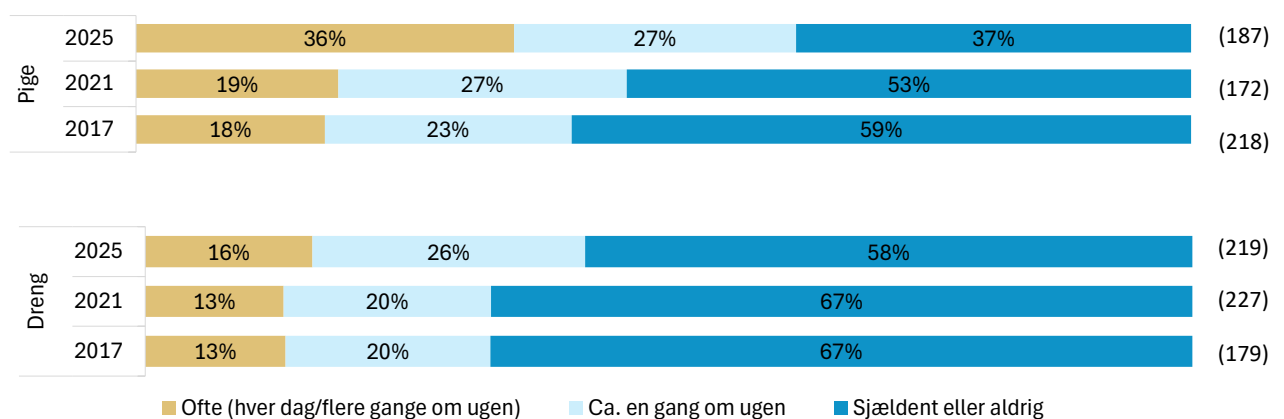
#### 5. klasse



#### 7. klasse



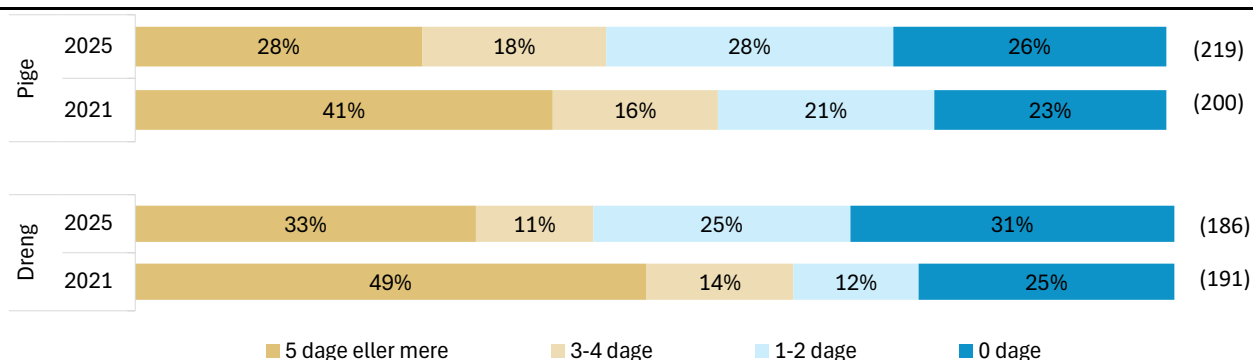
#### 8./9. klasse\*



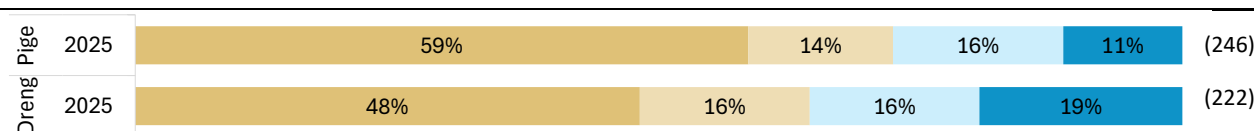
\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025

***I løbet af de sidste 7 dage, hvor mange dage har du... brugt din mobiltelefon, tablet eller computer (fx i sengen), lige inden du lagde dig til at sove?***

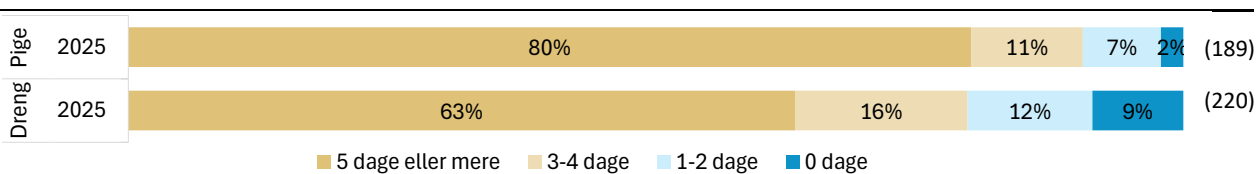
### 5. klasse



### 7. klasse

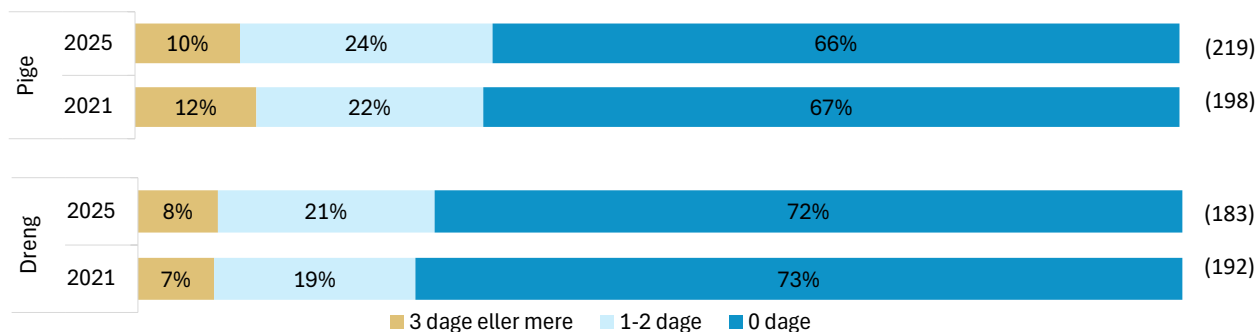


### 9. klasse

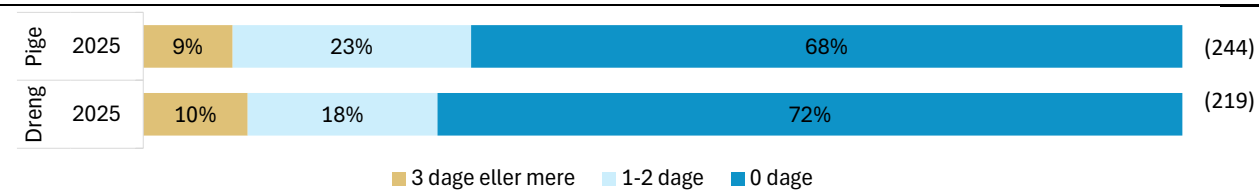


***I løbet af de sidste 7 dage, hvor mange dage har du... følt dig forstyrret af din mobiltelefon, tablet eller computer efter at du har lagt dig til at sove?***

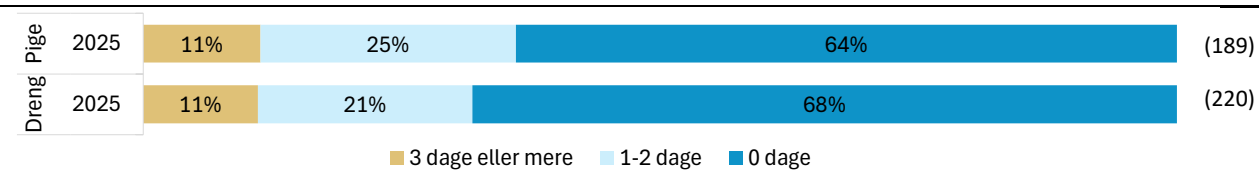
### 5. klasse



### 7. klasse



### 9. klasse

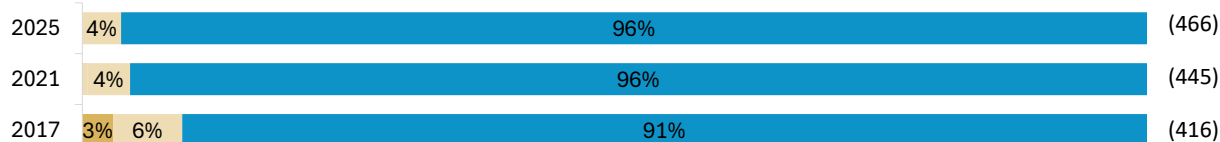


## Nikotin og tobak

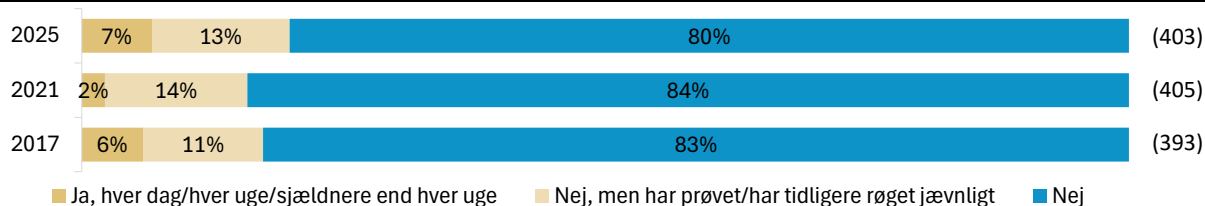
### Rygning

#### Ryger du cigaretter?

##### 7. klasse



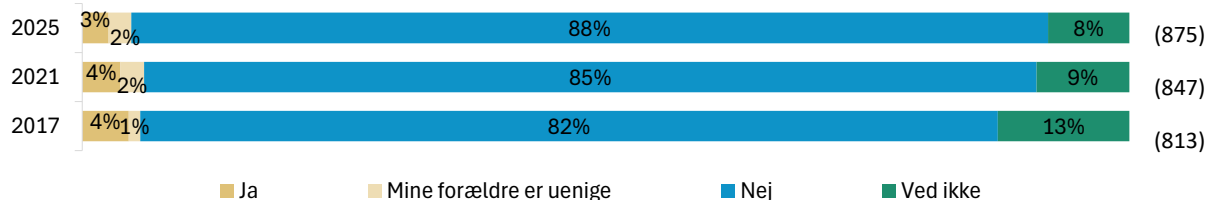
##### 8./9. klasse\*



\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025

#### Må du ryge for dine forældre?

##### 7. og 8./9. klasse\*

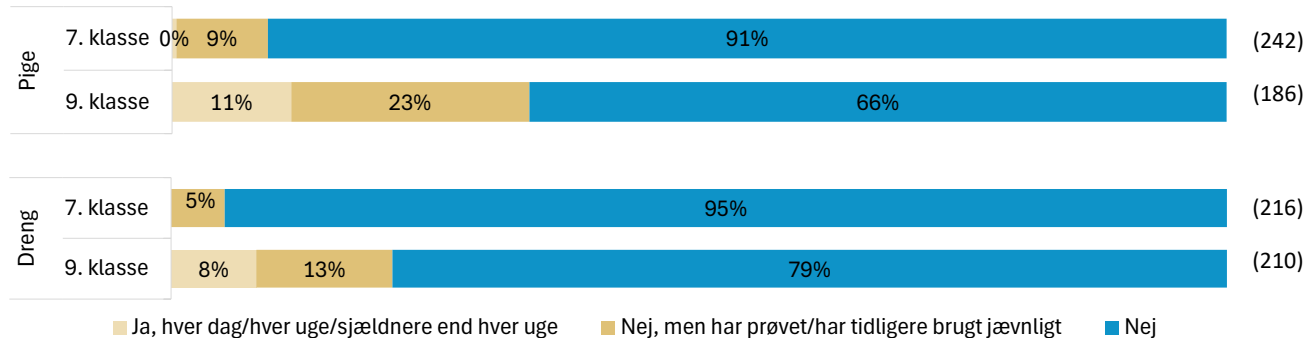


\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025.

## E-cigaretter, vaps og snus

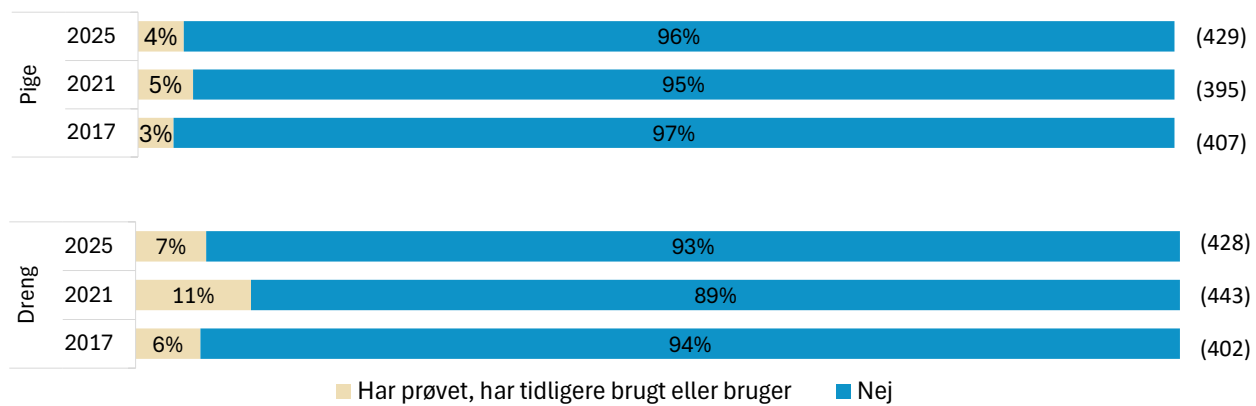
#### Bruger du e-cigaretter, puff bars, vapes eller lignende?

##### Klassetrin og køn (2025)



**Bruger du snus, tyggetobak eller nikotinposer?**

**7. og 8./9. klasse\***



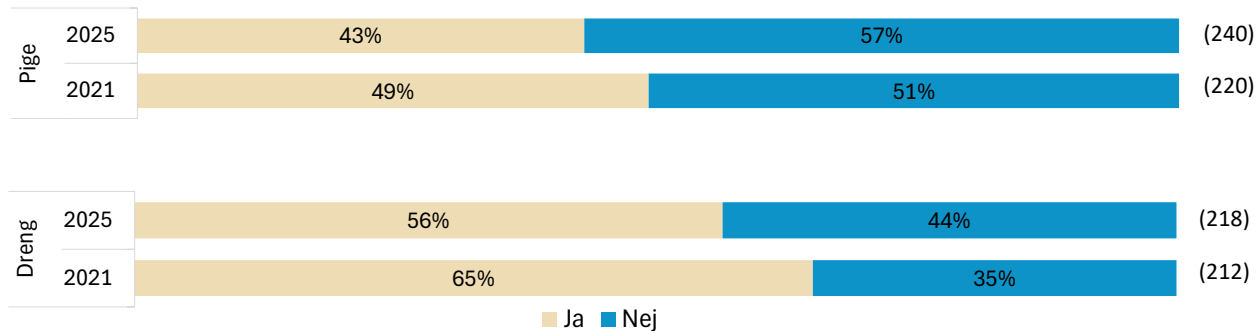
\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025.

## Alkohol

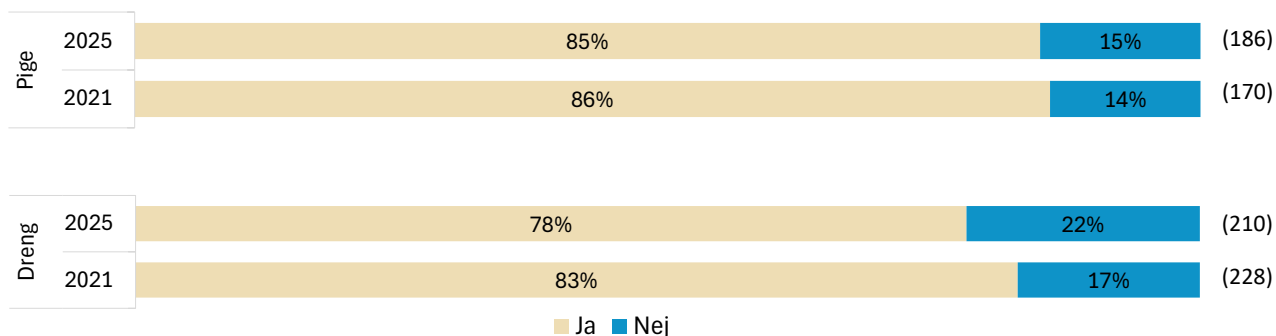
### Alkoholindtag

*Har du prøvet at drikke alkohol?*

#### 7. klasse

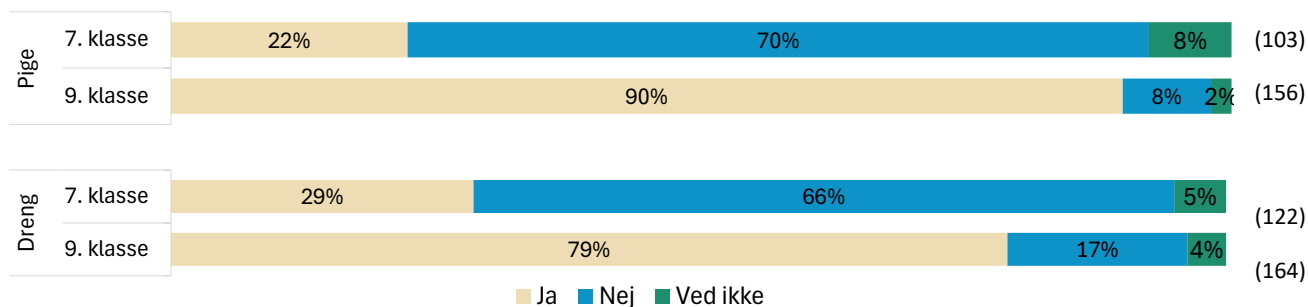


#### 9. klasse



*Har du nogensinde drukket en hel genstand?*

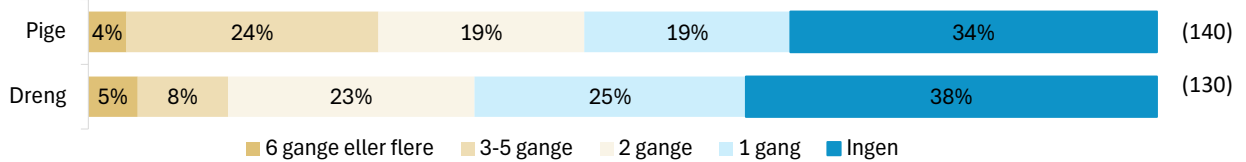
#### Klassetrin og køn (2025)\*



\*Blandt elever der har svaret ja til, at de har prøvet at drikke at drikke alkohol

**Tænk tilbage på de sidste 30 dage. Hvor mange gange har du drukket 5 eller flere genstande ved samme lejlighed?**

### 9. klasse (2025)\*

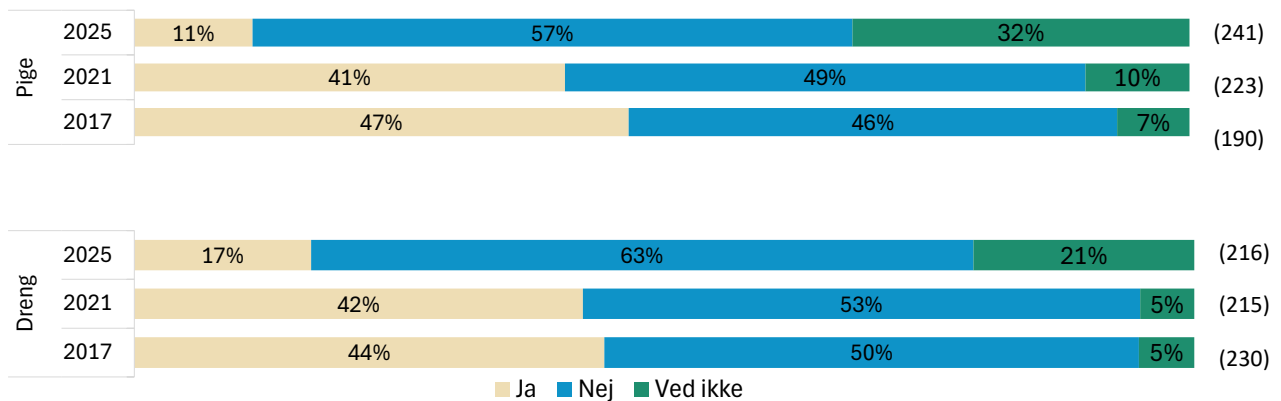


\*Blandt elever der har svaret ja til, at det har drukket en hel genstand

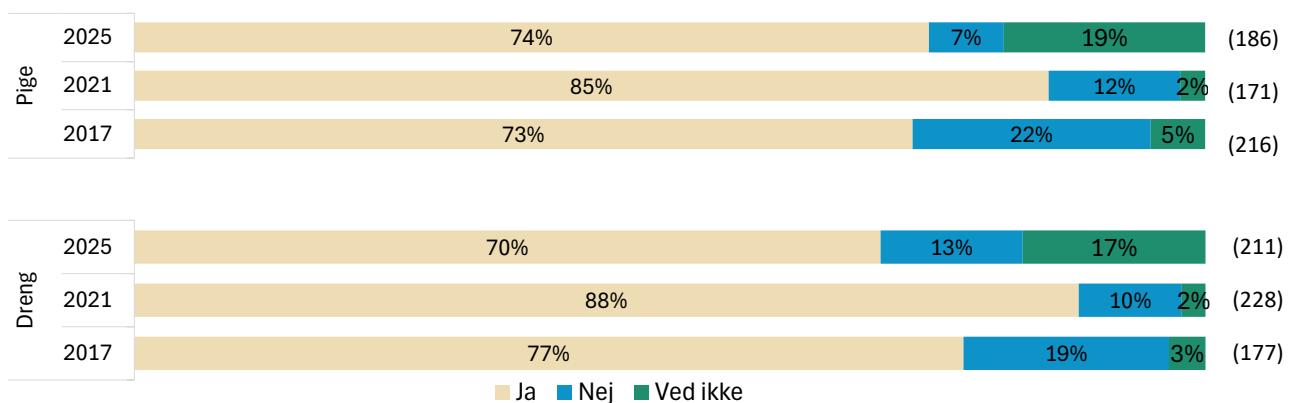
## Holdninger til alkohol

**Synes du, det er i orden, at unge på din alder drikker alkohol?**

### 7. klasse



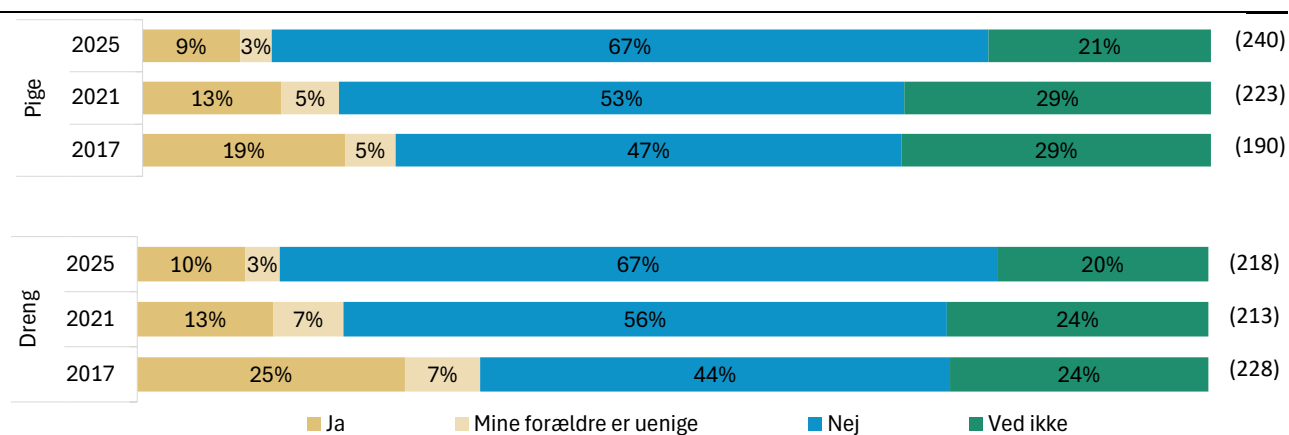
### 8./9. klasse\*



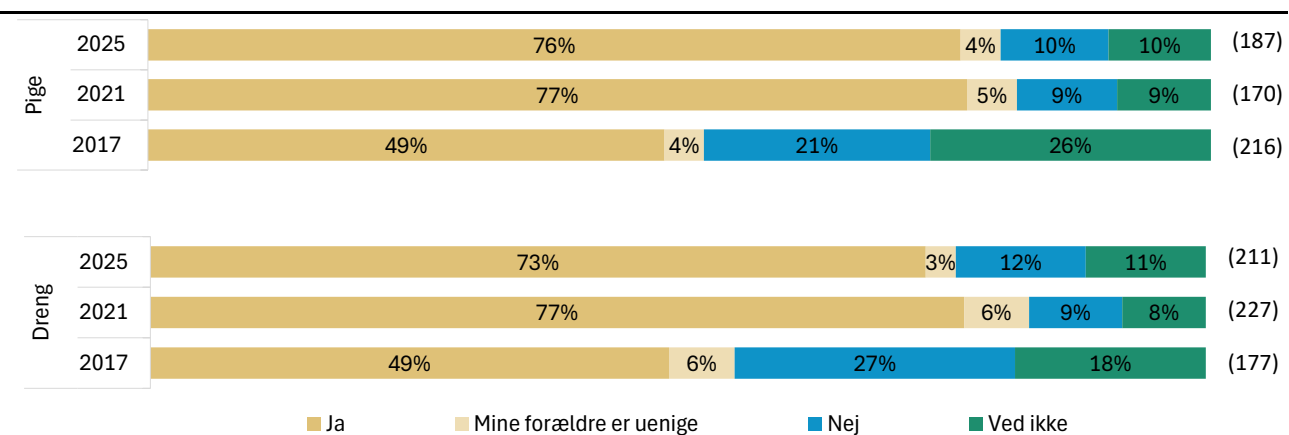
\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025

**Må du drikke alkohol for dine forældre?**

**7. klasse**



**8./9. klasse\***

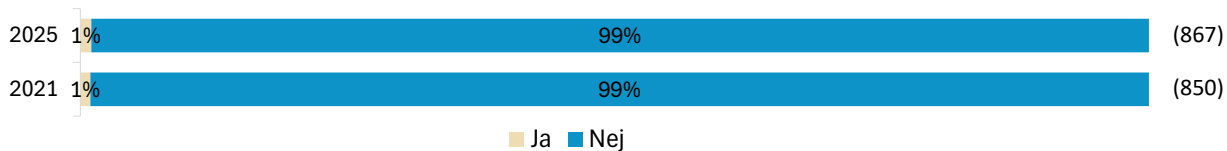


\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025

## Andre rusmidler

**Har du prøvet at tage lattergas sammen med venner, til fest eller alene?**

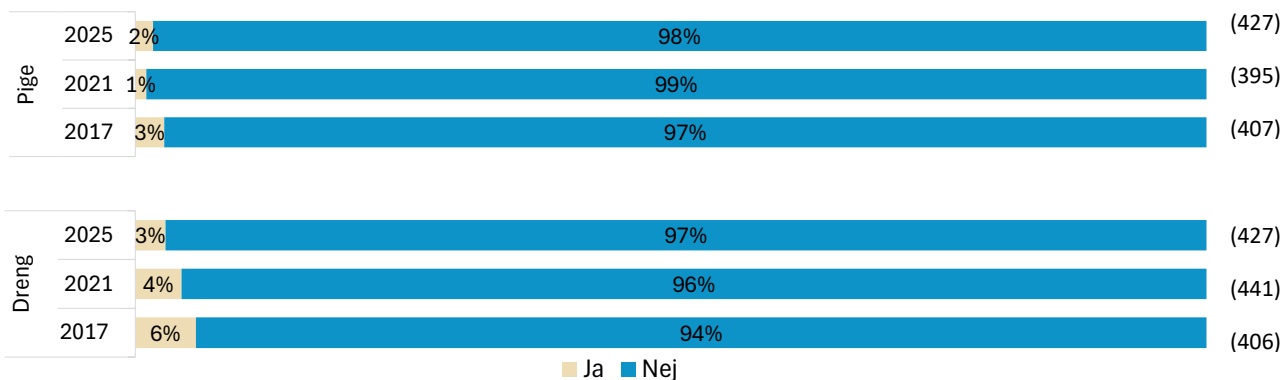
**7./8./9. klasse\***



*\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025*

**Har du nogensinde prøvet at ryge hash?**

**7./8./9. klasse\***



## Oplysning om sex og kønssygdomme

*Føler du, at du har viden om...*

|                                                   | 7. klasse (pct.) |           |           |                | 9. klasser (pct.) |           |           |                |
|---------------------------------------------------|------------------|-----------|-----------|----------------|-------------------|-----------|-----------|----------------|
|                                                   | Ja, lidt         | Ja, meget | Ja, noget | Nej, slet ikke | Ja, lidt          | Ja, meget | Ja, noget | Nej, slet ikke |
| <b>Sex</b>                                        | 38 %             | 10 %      | 19 %      | 32 %           | 20 %              | 20 %      | 46 %      | 14 %           |
| <b>hvordan du beskytter dig mod kønssygdomme?</b> | 30 %             | 10 %      | 17 %      | 43 %           | 17 %              | 31 %      | 42 %      | 10 %           |
| <b>hvordan man beskytter sig mod graviditet?</b>  | 28 %             | 16 %      | 24 %      | 33 %           | 11 %              | 41 %      | 40 %      | 8 %            |

*Antallet af besvarelser (n) varierer mellem spørgsmålene, da hvert udsagn er stillet separat. n ligger mellem 387 og 465.*

*Hvorfra har du viden om sex, kønssygdomme og prævention?*

|                                                                    | 7. klasse (pct.)<br>N=482 | 9. klasser (pct.)<br>N=424 |
|--------------------------------------------------------------------|---------------------------|----------------------------|
| <b>En samtale med sundhedsplejersken</b>                           | 23 %                      | 19 %                       |
| <b>Undervisning i skolen, fx med lærer eller sundhedsplejerske</b> | 51 %                      | 61 %                       |
| <b>En eller flere af mine forældre</b>                             | 4 %                       | 5 %                        |
| <b>Min læge</b>                                                    | 22 %                      | 18 %                       |
| <b>Internettet</b>                                                 | 22 %                      | 32 %                       |
| <b>Venner</b>                                                      | 29 %                      | 33 %                       |

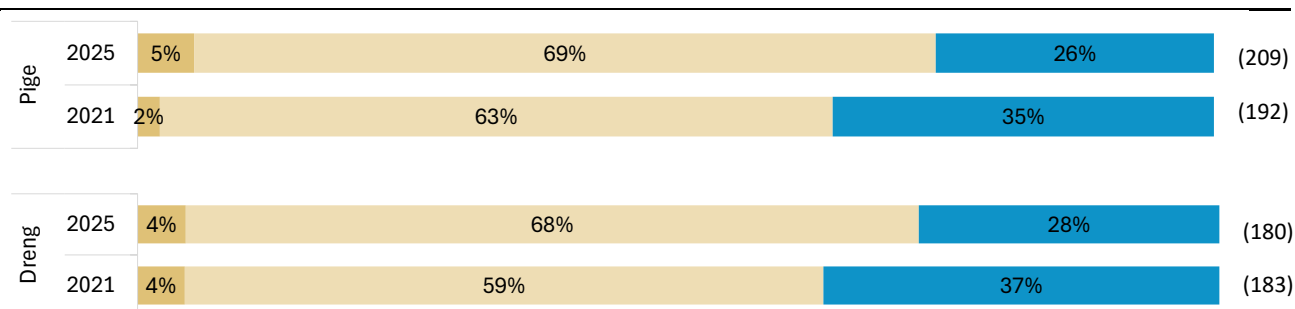
*Det er muligt at afgive flere svar, hvorfor kolonnerne ikke summer til 100 %*

## Skoleliv

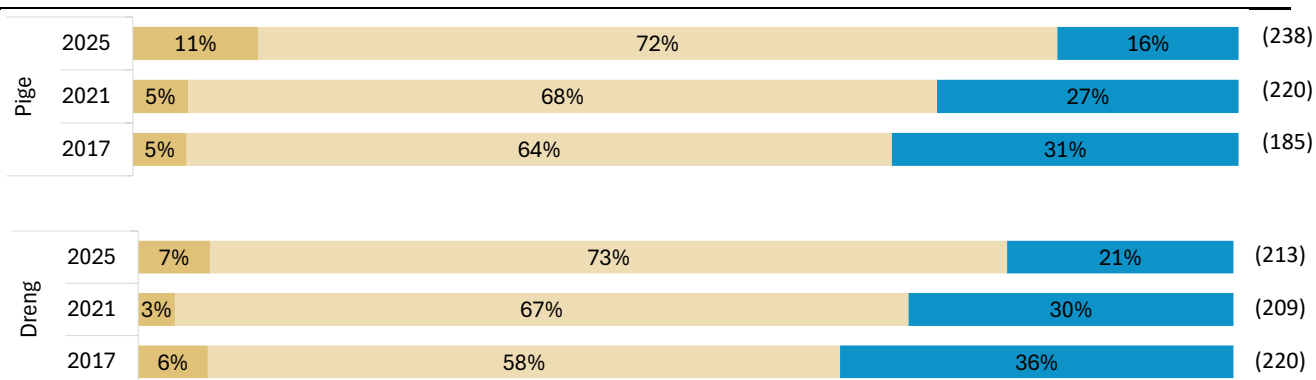
### Faglig trivsel

*Hvordan synes du, at du klarer dig i skolen?*

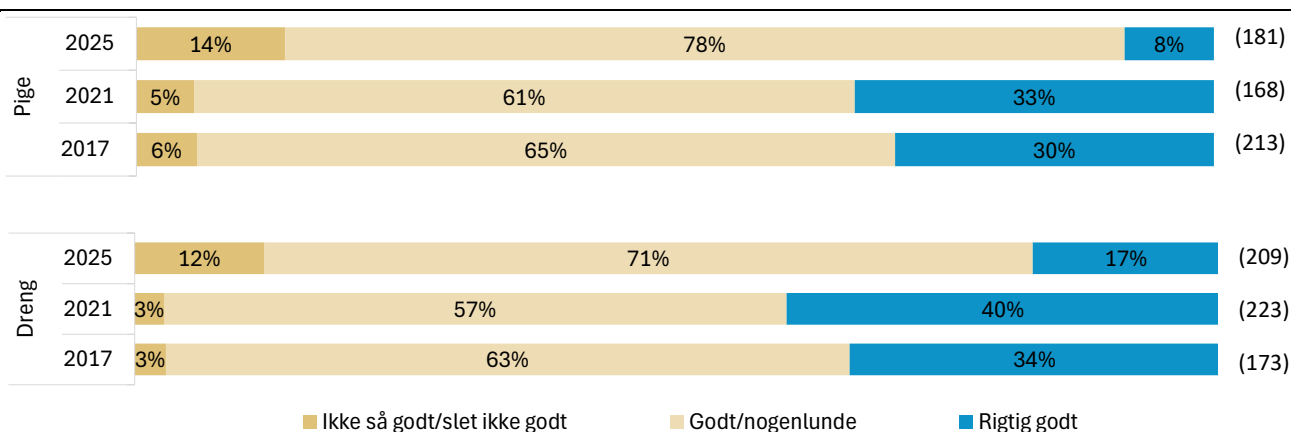
#### 5. klasse



#### 7. klasse



#### 8./9. klasse\*



■ Ikke så godt/slet ikke godt

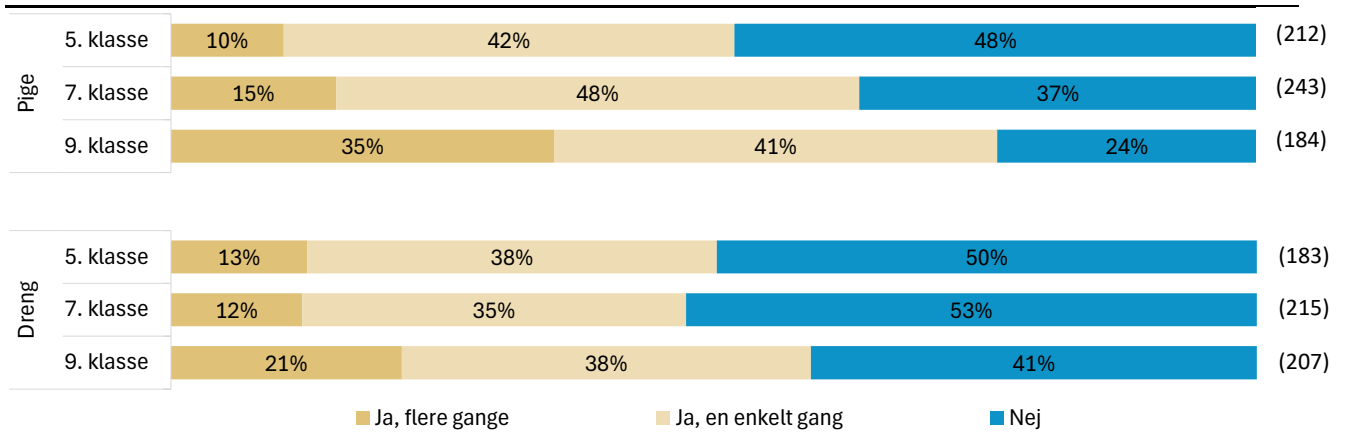
■ Godt/nogenlunde

■ Rigtig godt

## Fravær

*Tænk på den seneste måned. Har du været fraværende fra skolen?*

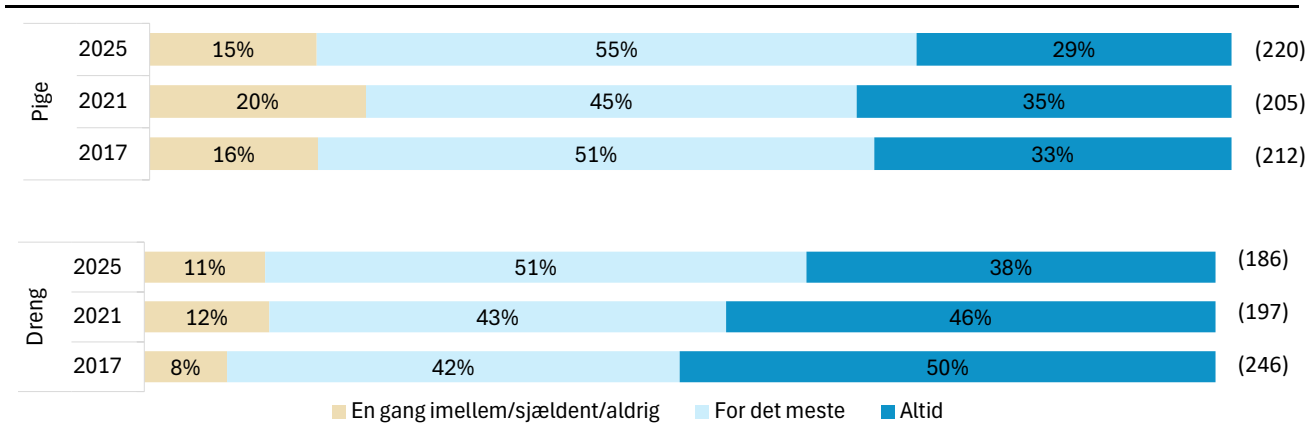
### Klassetrin og køn (2025)



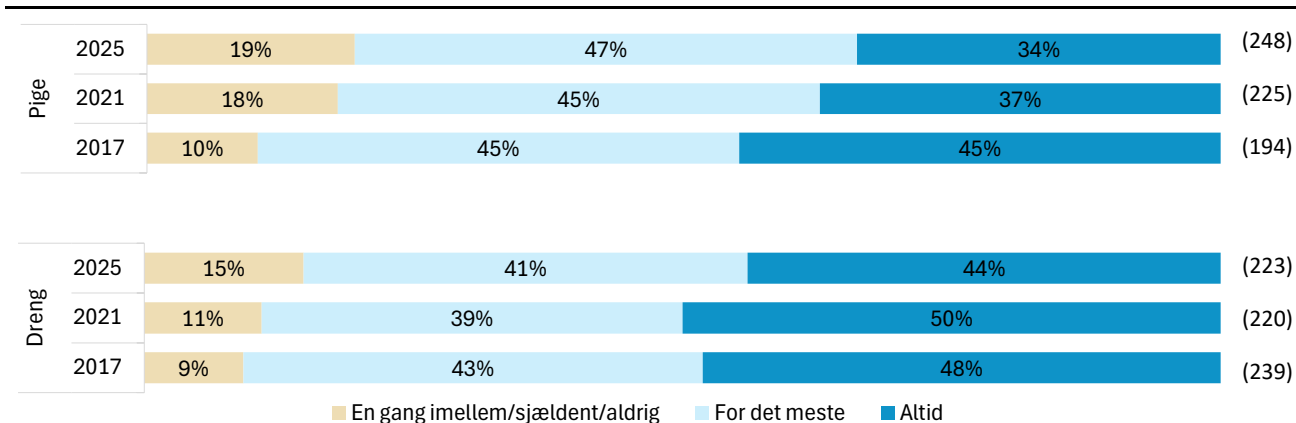
## Social trivsel i skolen

### Er du med i fællesskabet i klassen?

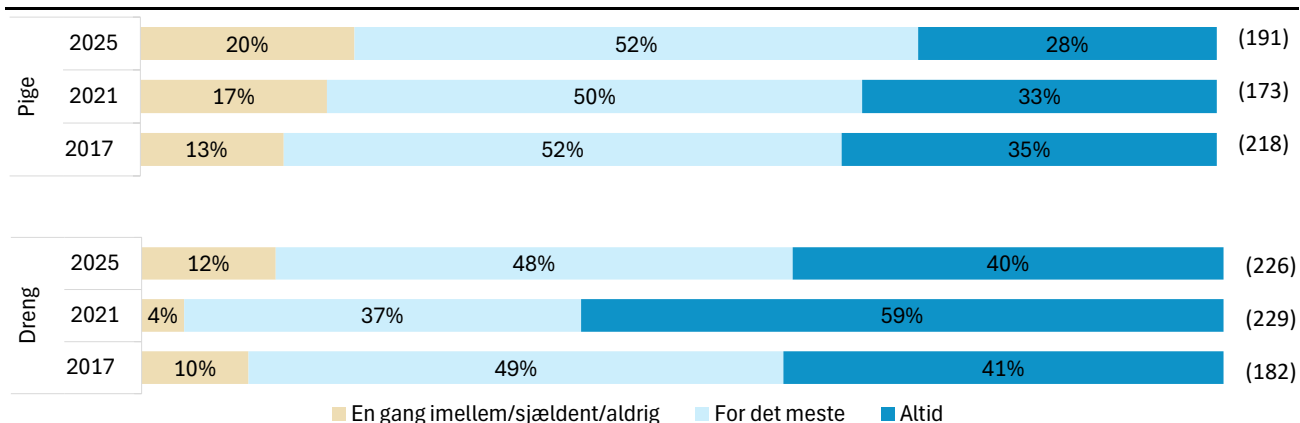
#### 5. klasse



#### 7. klasse



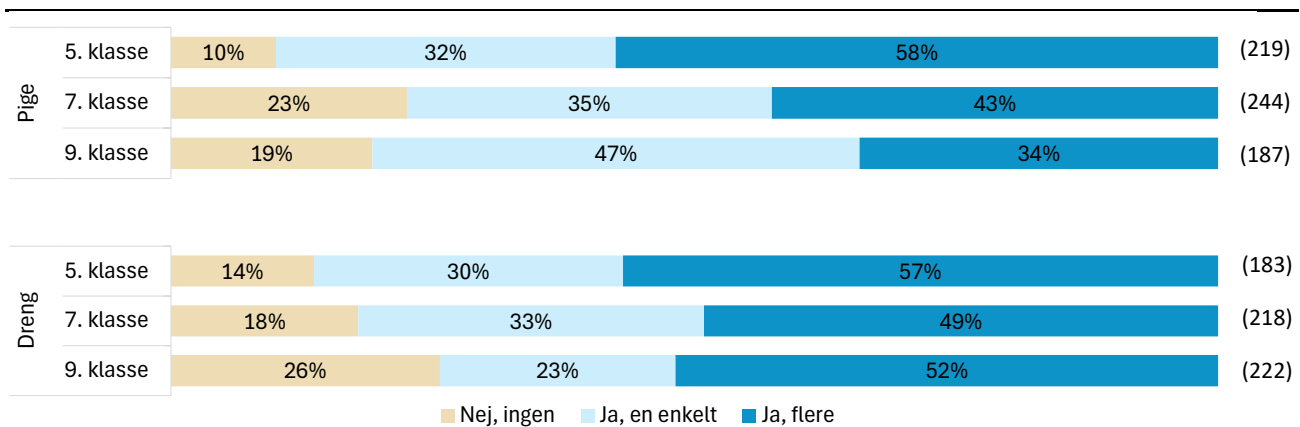
#### 8./9. klasse\*



\*Spørgeskemaet blev gennemført blandt elever i 8. klasse i 2017 og blandt elever i 9. klasse i 2021 og 2025

**Er der en voksen i skolen, du kan tale med, hvis du har brug for det?**

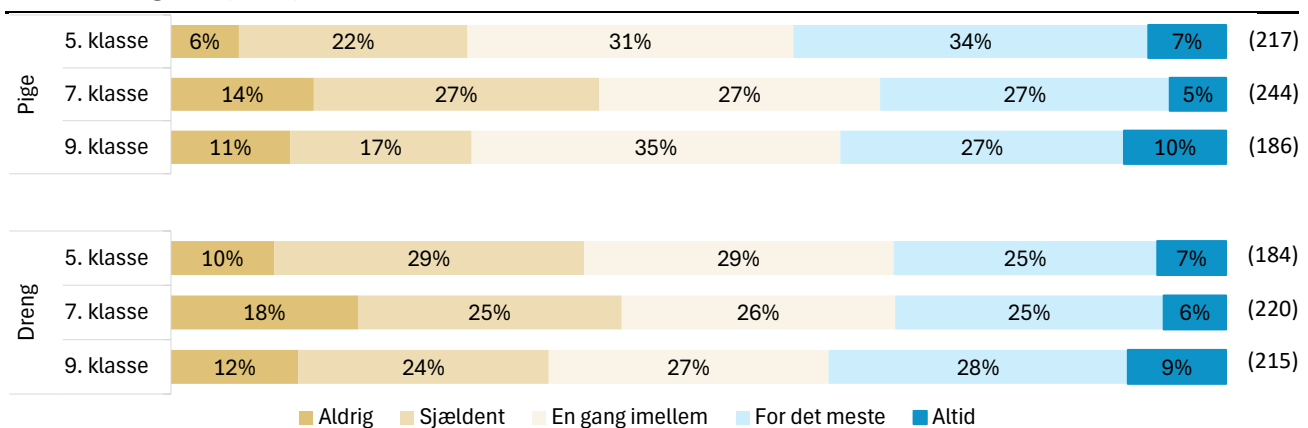
**Klassetrin og køn**



**Fysiske rammer**

**Har du lyst til at bruge skolens toiletter?**

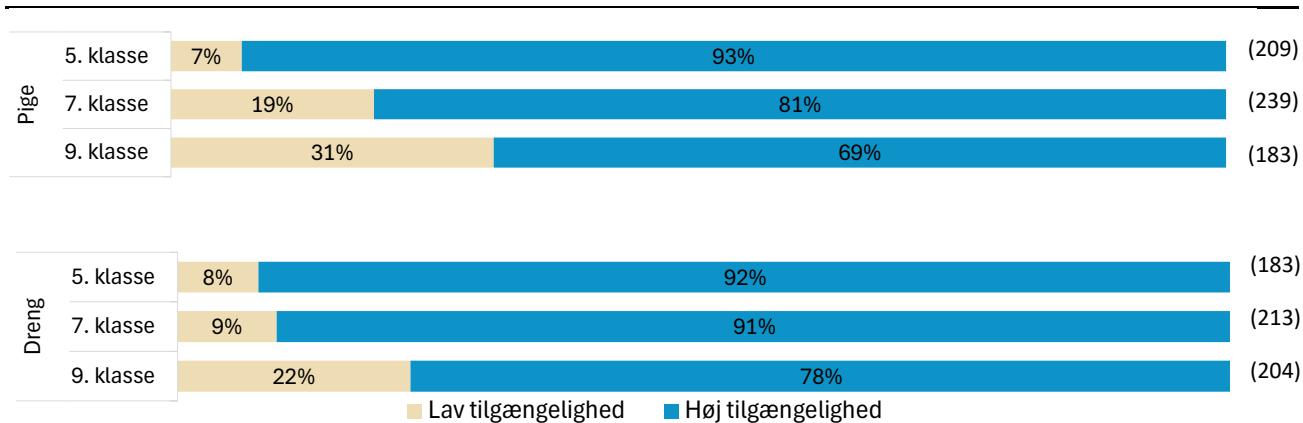
**Klassetrin og køn (2025)**



**Er der steder på skolens område, hvor du kan være fysisk aktiv...udendørs**

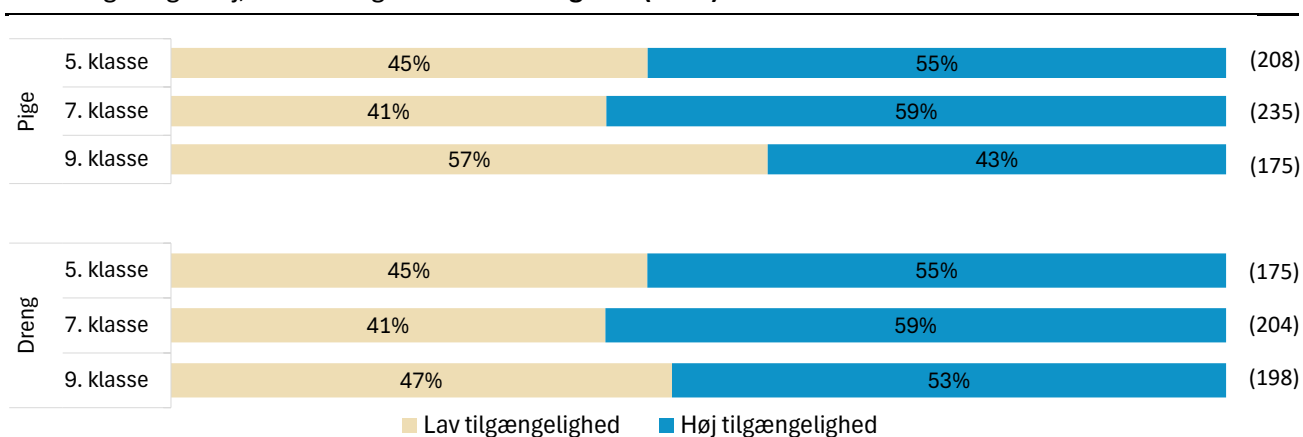
Høj tilgængelighed dækker svarene "Ja mange" og "Ja, en del", mens lav tilgængelighed dækker over "Ikke ret mange" og "Nej, næsten ingen"

**Klassetrin og køn (2025)**



**Er der steder på skolens område, hvor du kan være fysisk aktiv...indendørs**

Høj tilgængelighed dækker svarene "Ja mange" og "Ja, en del", mens lav tilgængelighed dækker over "Ikke ret mange" og "Nej, næsten ingen"



## Referencer

1. World Health Organization (2013): *Mental health – a state of well-being*. WHO.
2. Sundhedsstyrelsen (2022): *Mental sundhed og trivsel blandt børn og unge*. Sundhedsstyrelsen.
3. Statens Institut for Folkesundhed (2023): *Skolebørnsundersøgelsen 2022 – helbred, trivsel og sundhedsadfærd blandt 11-, 13- og 15-årige skoleelever i Danmark*. Syddansk Universitet.
4. Sundhedsstyrelsen (2024): *Skærmbrug og koncentration blandt børn og unge*. Sundhedsstyrelsen.
5. Sundhedsstyrelsen (2025): *Anbefalinger om tilskud med D-vitamin og calcium*. (Opdateret version). Sundhedsstyrelsen.
6. Sundhedsstyrelsen (2023): *Tandpleje og forebyggelse blandt børn og unge*. Sundhedsstyrelsen.
7. Sundhedsstyrelsen (2023): *De officielle kostråd – godt for sundhed og klima*. Sundhedsstyrelsen.
8. Sundhedsstyrelsen (2023): *Fysisk aktivitet for børn og unge (5–17 år) – viden om sundhed og forebyggelse*. Sundhedsstyrelsen.
9. Statens Institut for Folkesundhed (2022): *Fysisk aktivitet blandt børn og unge (HBSC)*. Syddansk Universitet.
10. Sundhedsstyrelsen (2019): *Fysisk aktivitet og stillesiddende adfærd blandt 11–15-årige – national monitorering med objektive målinger*. Sundhedsstyrelsen.
11. Sundhedsstyrelsen (2024): *Anbefalinger for søvnlængde til alle aldersgrupper*. Sundhedsstyrelsen.
12. Statens Institut for Folkesundhed (2023): *Børn og unges søvn – temarapport baseret på sundhedsplejerskedata*. Syddansk Universitet.
13. Statens Institut for Folkesundhed (2025): *§RØG – en undersøgelse af tobak- og nikotinformbrug blandt unge (ESPAD)*. Syddansk Universitet.
14. Sundhedsstyrelsen (2022): *Unge alkoholforbrug*. Sundhedsstyrelsen.
15. Pisinger, V., Rosfort, M.B. & Tolstrup, J. (2025): *§ALKOHOL – unges alkoholvaner og oplevelse af tilgængelighed og kontrol (Rapport 3)*. Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet.
16. World Health Organization (2026): *Comprehensive sexuality education*. WHO.
17. Sex & Samfund (2025): *SexLiv 2025 – unges sexliv i Danmark*. Sex & Samfund.
18. Sundhedsstyrelsen (2022): *Mental sundhed og trivsel blandt børn og unge*. Sundhedsstyrelse

## Bilag 1: Spørgeskema

Dette bilag indeholder alle de spørgsmål eleverne i 5., 7. og 9. klasse besvarede i november 2025. Kun et udpluk af disse er præsenteret i Børne- og ungesundhedsprofilen 2025. Spørgsmålene er struktureret tematisk og markeret efter målgruppe.

Markeringer:

(Alle) = stillet til både mellemtrin (5. klasse) og udskoling (7.–9. klasse)

(5. kl.) = kun stillet til mellemtrin

(7.–9. kl.) = kun stillet til udskoling

### Baggrund og familie

- (Alle) Er du en dreng eller en pige?
- (Alle) Hvilket år og måned er du født?
- (Alle) Hvem bor du sammen med?
- (Alle) Hvilket sprog taler I mest i din familie?

### Trivsel og mental sundhed

- (Alle) Hvordan har du det i skolen, derhjemme og i fritiden?
- (Alle) Har du for meget at se til?
- (7.–9. kl.) WHO-5 trivselsspørgsmål (velbefindende sidste 2 uger)
- (7.–9. kl.) Syntes du, at du har for meget at se til?
- (7.–9. kl.) Hvad gør du, når du føler dig trist, presset eller vred?

### Relationer og fællesskaber

- (Alle) Har du nogen venner eller veninder at tale med, hvis noget går dig på eller gør dig ked af det?
- (Alle) Har du nogen voksne at tale med, hvis noget går dig på eller gør dig ked af det?
- (Alle) Føler du dig ensom?
- (Alle) Hvor ofte er du sammen med venner fysisk og online?
- (Alle) Er du blevet mobbet i skolen?
- (Alle) Har du selv været med til at mobbe andre elever i skolen?
- (Alle) Har nogen mobbet dig på internettet eller sociale medier?
- (Alle) Har du været med til at mobbe andre på internettet eller sociale medier?
- (Alle) Føler du dig som en del af fællesskabet i klassen?
- (Alle) Syntes du, at I tager hensyn til hinanden i klassen?
- (Alle) Er der en voksen i skolen, du kan tale med, hvis du har brug for det?

### Søvn

- (Alle) Hvornår falder du i søvn og står op på skoledage?
- (Alle) Hvor ofte sover du dårligt eller uroligt om natten?

- (Alle) I løbet af de sidste 7 dage, hvor mange dage har du
  - Brugt din mobiltelefon, tablet eller computer, lige inde du lagde dig til at sove?
  - Føler dig forstyrret af skærm efter at u har lagt dig til at sove?

## Fritidsliv og fysisk aktivitet

- (Alle) Hvor ofte gør du følgende i din fritid
  - dyrker du sport i forening?
  - dyrker du motion eller sport uden for en forening eller fitnesscenter?
  - Går til e-sport i forening eller klub
  - Går til teater, musik, spejder, rollespil, skak eller lignende
  - Går i klub fx juniorklub eller ungdomsklub
  - (7.–9. kl.) Har du fritidsjob?
- (7.9. klasse) Hvor ofte er du fysisk aktiv, så du bliver forpustet?
- (Alle) Deltager du i de fritidsaktiviteter, du gerne vil?
- (Alle) Er der gode steder i nærheden af, hvor du bor, hvor man kan bevæge sig?
- (Alle) Hvor tit bruger du faciliteter som fx fodboldbaner, hal eller basketbane i nærheden af hvor du bor?
- (Alle) Hvordan kom du i skole i dag?
- (Alle) Hvor mange dage i sidste uge kom du til eller fra skole ved fx cykel, gå eller køre på løbehjul eller skateboard?
- (Alle) Hvor ofte har du cykelhjelm på, når du cykler?
- (Alle) Hvordan oplever du din skolevej?

## Digital adfærd

- (Alle) Hvor ofte gør du følgende på din mobil, tablet, computer eller spilkonsol i din fritid?
  - Har kontakt med venner
  - Har kontakt med familie
  - Spiller spil
  - Er på sociale medier
  - Hører musik
  - Ser YouTube, serier eller film
- (Alle) Ved en eller flere af dine forældre, hvem du skriver eller taler med på internettet?
- (Alle) Har du fået beskeder, billeder eller videoer, som har gjort dig ked af det, bange eller vred?
- (7.–9. kl.) Oplever du, at du bruger for meget tid på skærm?

## Mad og måltider

- (Alle) Er du med til at lave mad derhjemme?
- (Alle) Hvor tit spiser du morgenmad?
- (Alle) Hvor tit spiser du frokost i skolen?
- (Alle) Hvor tit spiser du aftensmad?

- (Alle) Spiser du aftensmad med din familie?
- (Alle) Hvor tit spiser du frugt, grøntsager, fisk, kød, mælkeprodukter fra en ko?
- (Alle) Hvor ofte drikker du sodavand, energidrik eller spiser slik?

## Sundhed og symptomer

- (Alle) Føler du dig sund og rask?
- (Alle) Tænkt på de sidste 2 uger. Har du... Har du haft hovedpine, mavepine, andre smerter, været irriteret eller i dårligt humør?
- (Alle) Tager du D-vitamin?
- (Alle) Har du fået HPV-vaccine?
- (Alle) Hvor tit børster du tænder?

## Skoleliv

- (Alle) Hvordan synes du, at du klarer dig i skolen?
- (Alle) Har du været fraværende fra skolen?
- (Alle) Ved dine forældre, at du har haft fravær fra skolen?
- (Alle) Er der voksne i skolen, du kan tale med?
- (Alle) Har du lyst til at bruge skolens toiletter?
- (Alle) Er der steder på skolens område, hvor du kan være fysisk aktiv... indendørs og udendørs.

## Rusmidler og risikoadfærd

- (7.-9. kl.) Ryger du cigaretter?
- (7.-9. kl.) Må du ryge for dine forældre?
- (7.-9. kl.) Hvor gammel var du, da du begyndte at ryge cigaretter?
- (7.-9. kl.) Vil du gerne holde op med at ryge cigaretter?
- (7.-9. kl.) Bruger du e-cigaretter, puff bars, vapes eller lignende?
- (7.-9. kl.) Vil du gerne holde op med at bruge e-cigaretter, puff bars, vapes eller lignende?
- (7.-9. kl.) Ryger du cigaretter eller bruger ecigaretter, puff bars, vapes eller lignende i løbet af din skoletid?
- (7.-9. kl.) Bruger du snus, tyggetobak eller nikotinposer?
- (7.-9. kl.) Bruger du snus, tyggetobak eller nikotinposer i skoletiden?
- (7.-9. kl.) Vil du gerne holde op med at bruge snus, tyggetobak eller nikotinposer?
- (7.-9. kl.) Må du bruge snus, tyggetobak eller nikotinposer for dine forældre?
- (7.-9. kl.) Har du prøvet at drikke alkohol?
- (7.-9. kl.) Hvor tit drikker du noget, der indeholder alkohol?
- (7.-9. kl.) Har du nogensinde drukket en hel genstand?
- (7.-9. kl.) Har du prøvet at være fuld?
- (7.-9. kl.) Hvor gammel var du første gang du var fuld?
- (7.-9. kl.) Tænk tilbage på de sidste 30 dage. Hvor mange gange har du drukket 5 eller flere genstande ved samme lejlighed?

- (7.-9. kl.) Synes du, det er i orden, at unge på din alder drikker alkohol?
- (7.-9. kl.) Må du drikke alkohol for dine forældre?
- (7.-9. kl.) Har du prøvet at tage lattergas sammen med venner, til fest eller alene?
- (7.-9. kl.) Har du nogensinde prøvet at ryge hash?
- (7.-9. kl.) I løbet af de sidste 30 dage: Hvor mange gange har du røget hash?
- (7.-9. kl.) Hvor gammel var du første gang, du prøvede at ryge hash?
- (7.-9. kl.) Har du nogensinde prøvet at tage andre stoffer end hash? Fx kokain, amfetamin, MDMA, morfin eller lignende.



## **Børne- og Ungesundhedsprofil 2025**

Svendborg Kommune  
Sundhedssekretariatet  
Svinget 14, 5700 Svendborg

### **Redaktion**

Sanne Ellegård Jørgensen  
Line Bang-Andreasen  
Anne Højmark Jensen  
Kristina Rasmussen



Svendborg  
Kommune