

# Så mår vi i skolan

Vi mår bättre  
när vi bryr  
oss om  
varandra

3  
av 10

mellanstadie-  
elever säger att  
de inte mår så bra

7  
av 10

mellanstadie-  
elever säger att  
de mår bra



De som inte mådde bra hade  
minst två gånger i veckan  
till exempel:

- haft huvudvärk
- haft ont i magen
- känt sig nere

” Ibland känner  
jag mig lite nere om  
jag har varit utanför  
som jag ibland är på  
rasterna osv.

Fundera på!  
Vad får dig att må bra?  
Hur kan du göra din  
eller någon annans  
dag lite bättre?