



Præsentation for DatasundEUD netværket

v. projektleder Eva Molin
& direktør Ida Enghave
Just Human



Just Humans mission er at øge trivslen for unge og deres rollemodeller

Det går desværre den forkerte vej med den mentale, sociale og fysiske trivsel og sundhed hos unge og deres rollemodeller;

Vi sover og bevæger os for lidt og bliver i stigende grad ensomme, stressede og pressede. Den udvikling arbejder Just Human for at vende igennem trivselsindsatser på individ- og samfundsniveau.

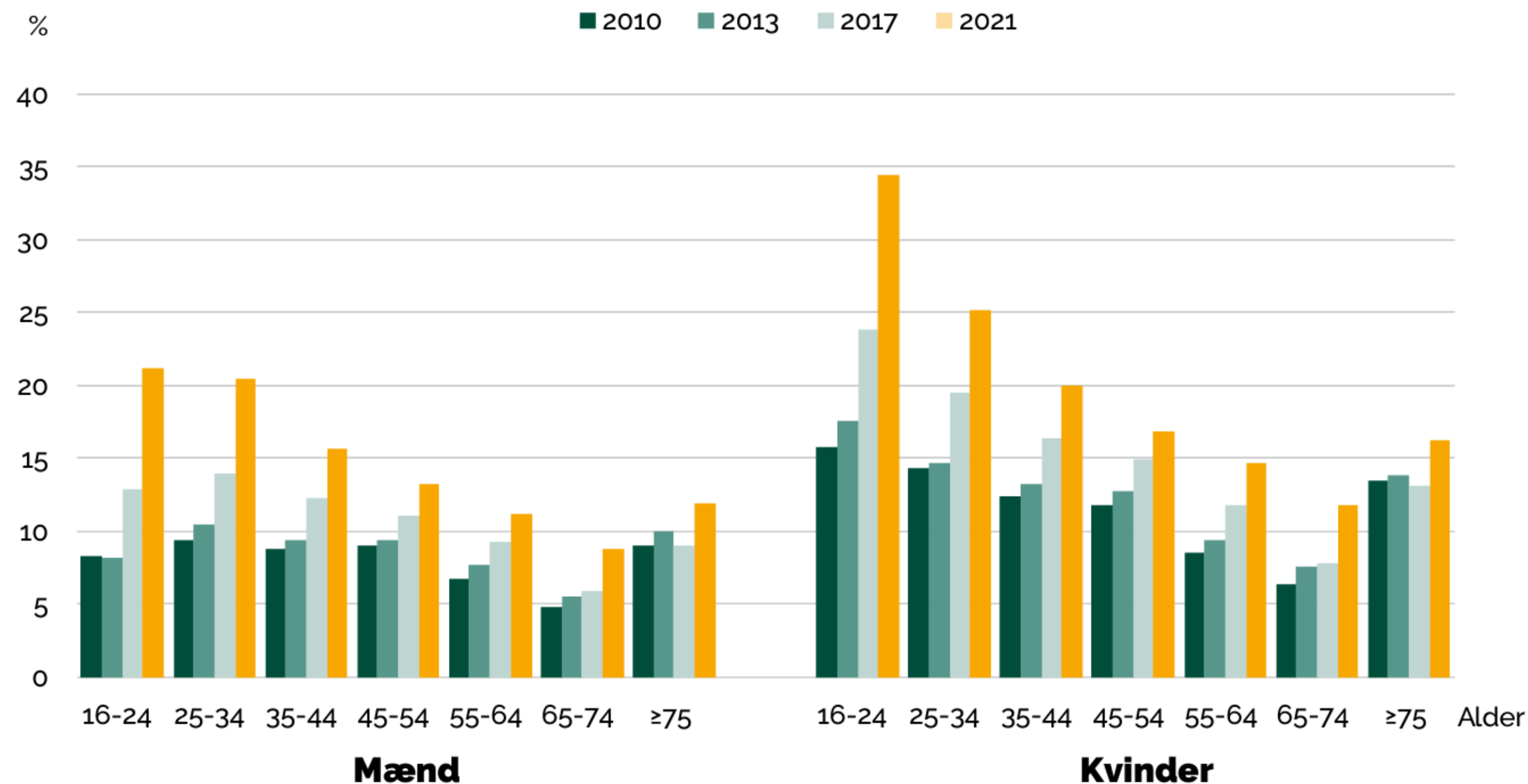
Just Human er en dansk NGO, stiftet i 2015 af Chris MacDonald, som er Human Fysiolog.

Mental sundhed

Sundhedsstyrelsen arbejder ud fra WHO's definition af mental sundhed som en tilstand af velbefindende, hvor individet kan udfolde sine evner, håndtere dagligdags udfordringer og stress samt indgå i fællesskaber med andre mennesker.

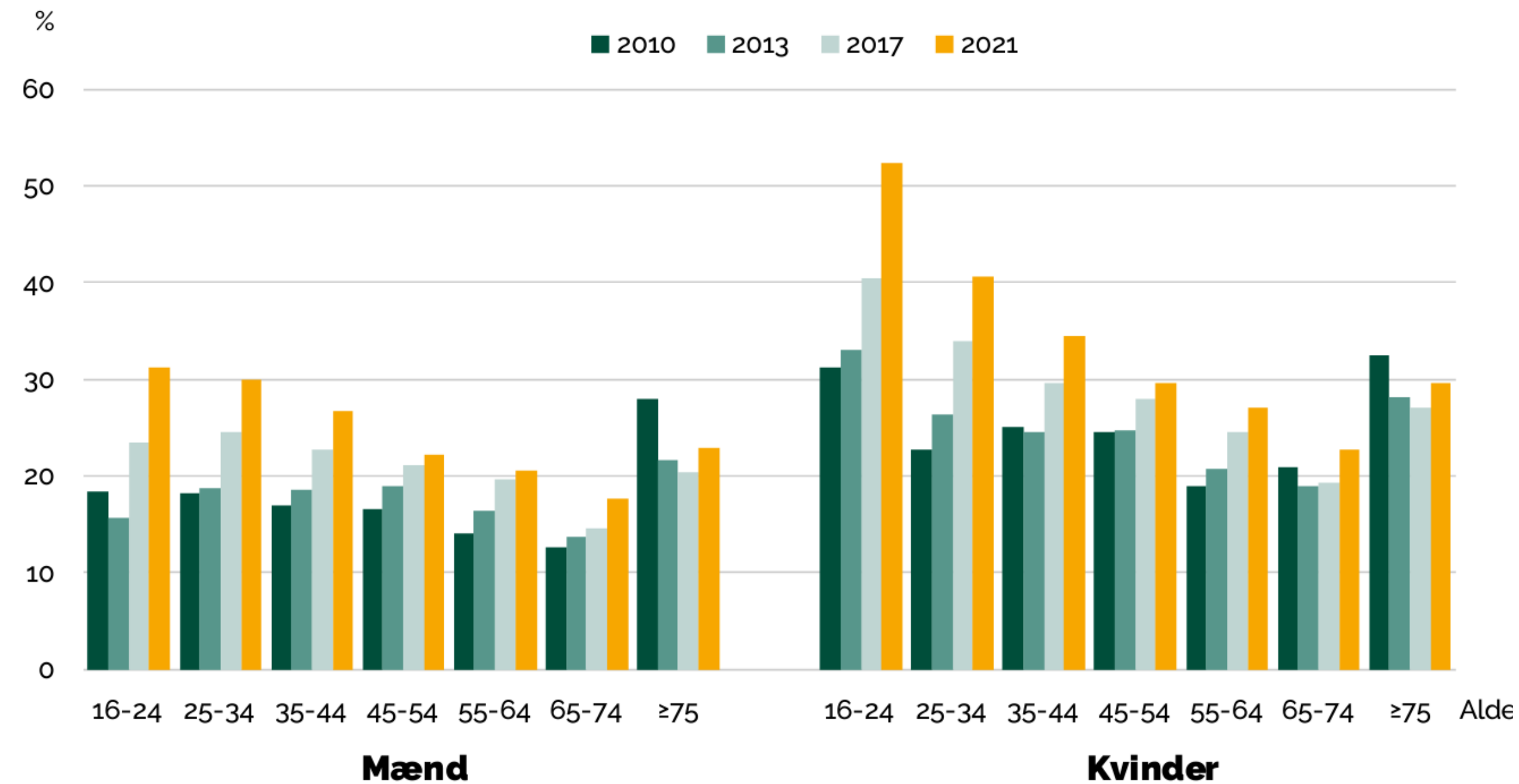
Samfundsudviklingen i det mentale helbred

Figur 2.2.3 Andel, der har en lav score på den mentale helbredsskala, blandt mænd og kvinder i forskellige aldersgrupper. 2010, 2013, 2017 og 2021. Procent.

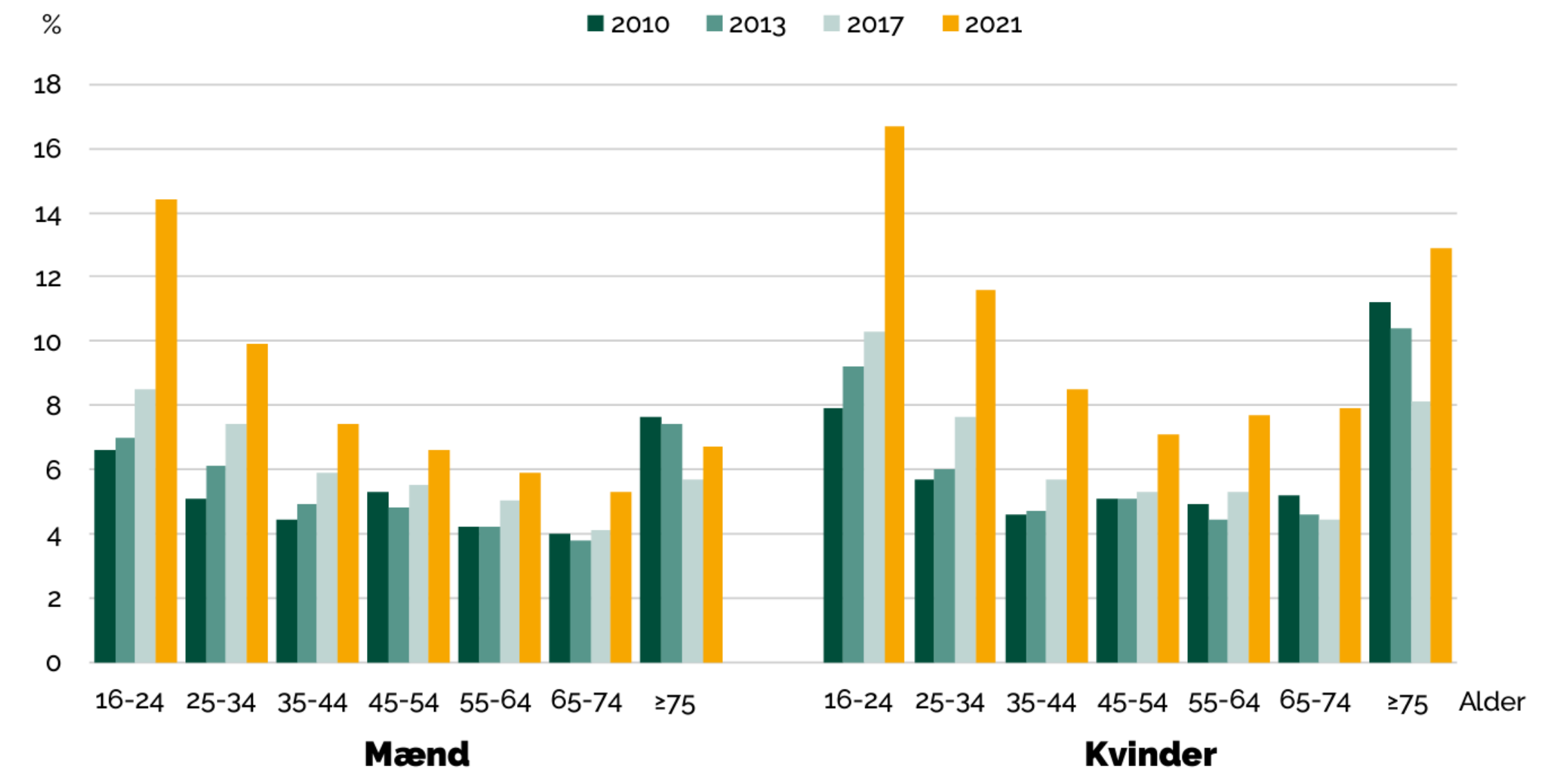


Stress og ensomhed

Figur 2.3.1 Andel, der har en høj score på stressskalaen, blandt mænd og kvinder i forskellige aldersgrupper. 2010, 2013, 2017 og 2021. Procent.

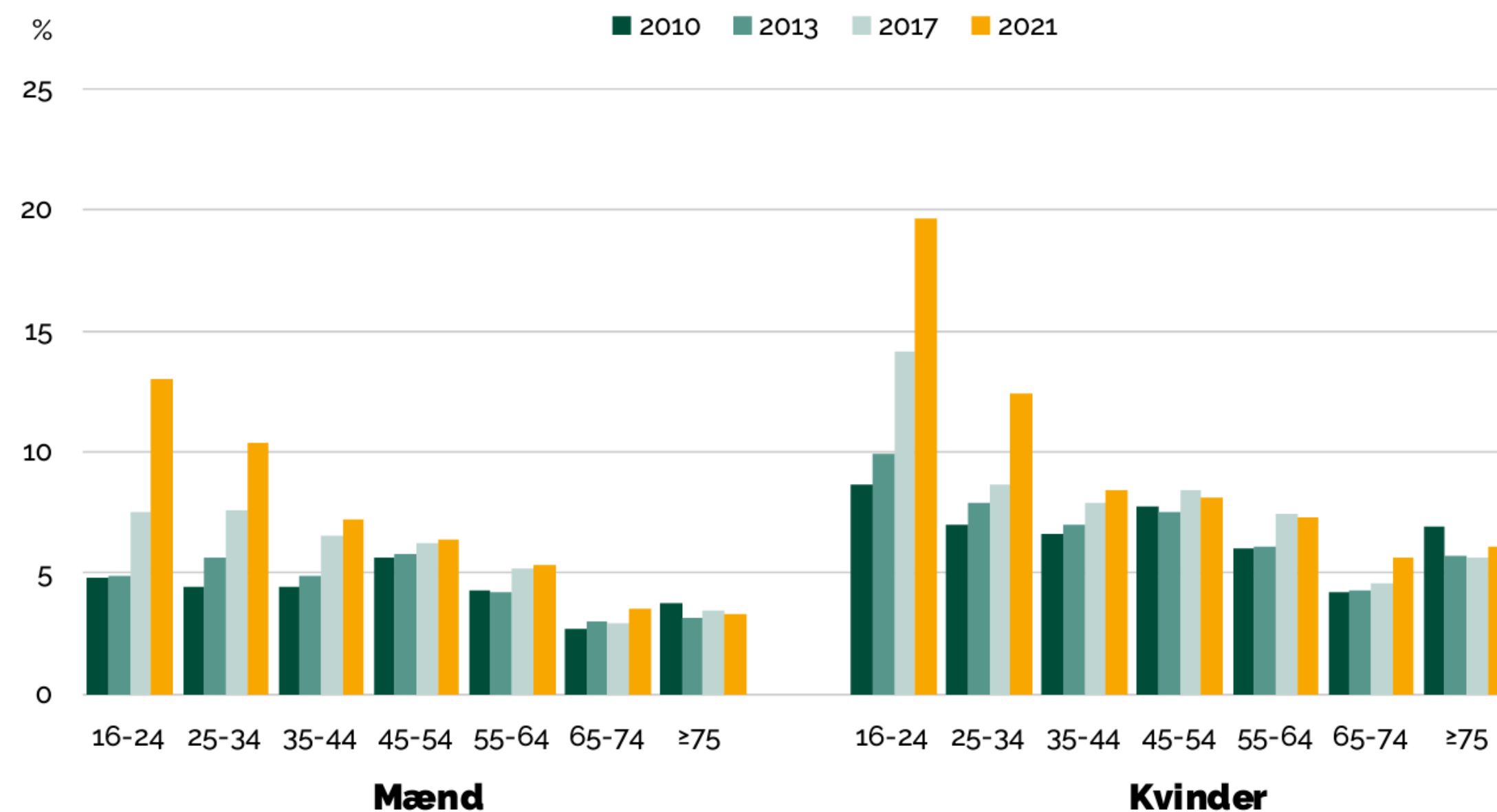


Figur 2.4.1 Andel, der ofte er uønsket alene, blandt mænd og kvinder i forskellige aldersgrupper. 2010, 2013, 2017 og 2021. Aldersjusteret procent.

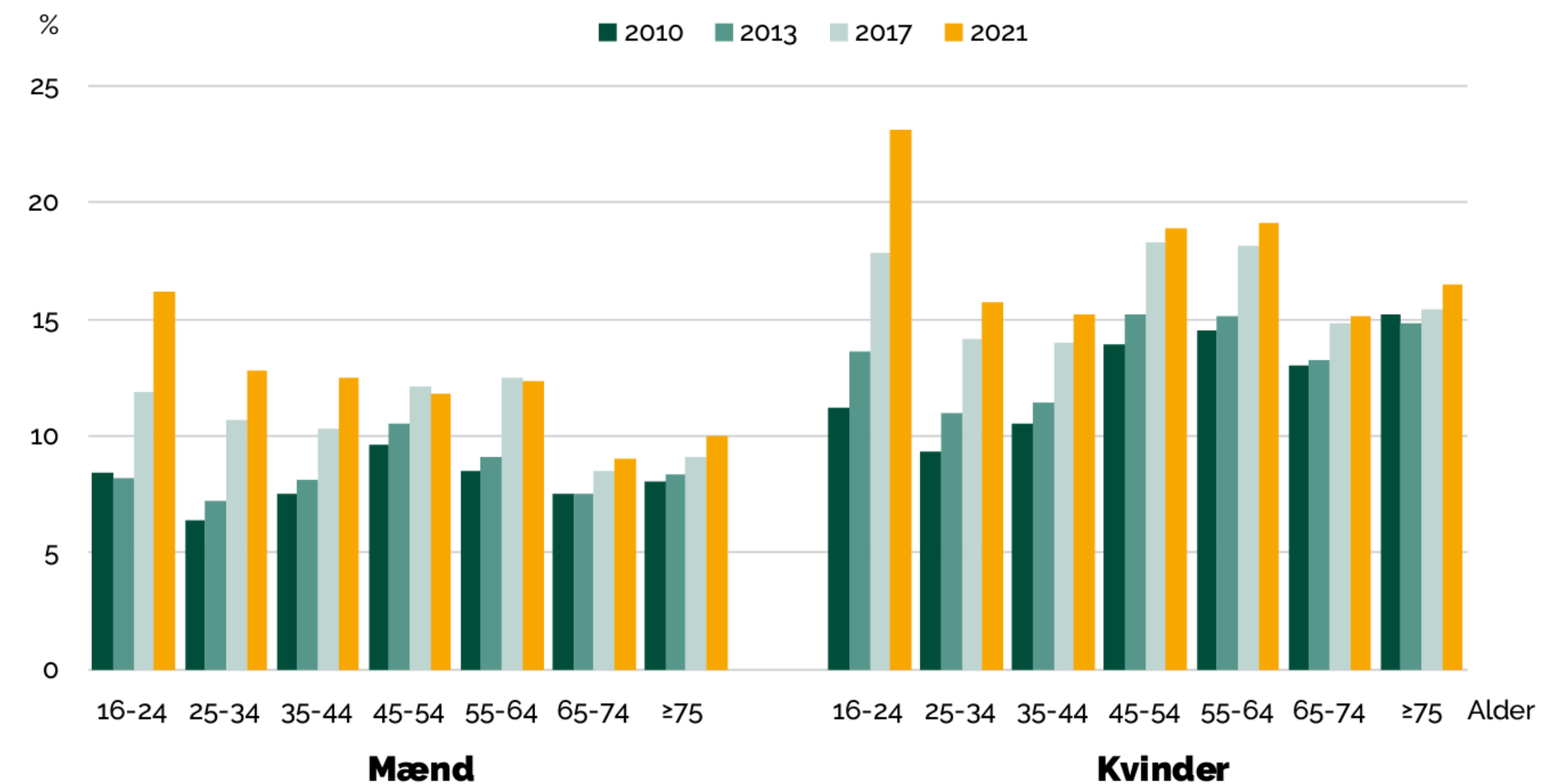


Humør og søvn

Figur 4.3.5 Andel, der har været meget generet af at være nedtrykt, deprimeret eller ulykkelig inden for de seneste 14 dage, blandt mænd og kvinder i forskellige aldersgrupper. 2010, 2013, 2017 og 2021. Procent.



Figur 4.3.3 Andel, der har været meget generet af søvnbesvær og søvnproblemer inden for de seneste 14 dage, blandt mænd og kvinder i forskellige aldersgrupper. 2010, 2013, 2017 og 2021. Procent.



Unge på EUD's mentale trivsel

10% af erhvervsskoleelever føler sig ofte eller meget ofte ensomme.

34% erhvervsskoleelever er dagligt eller ugentligt stressede (Flest på Kontor-Handel-Forretningsservice og færrest på Teknologi-Byggeri-Transport og Fødevarer-Jordbrug-Oplevelser). Andelene, der dagligt eller ugentligt er stressede, er større blandt kvindelige end mandlige elever.

27% sover mindre end syv timer, når de skal op i skole næste dag (Flest på hovedområdet Kontor-Handel-Forretningsservice, hvor 39% mandlige elever sover mindre end syv timer, når de skal op i skole).

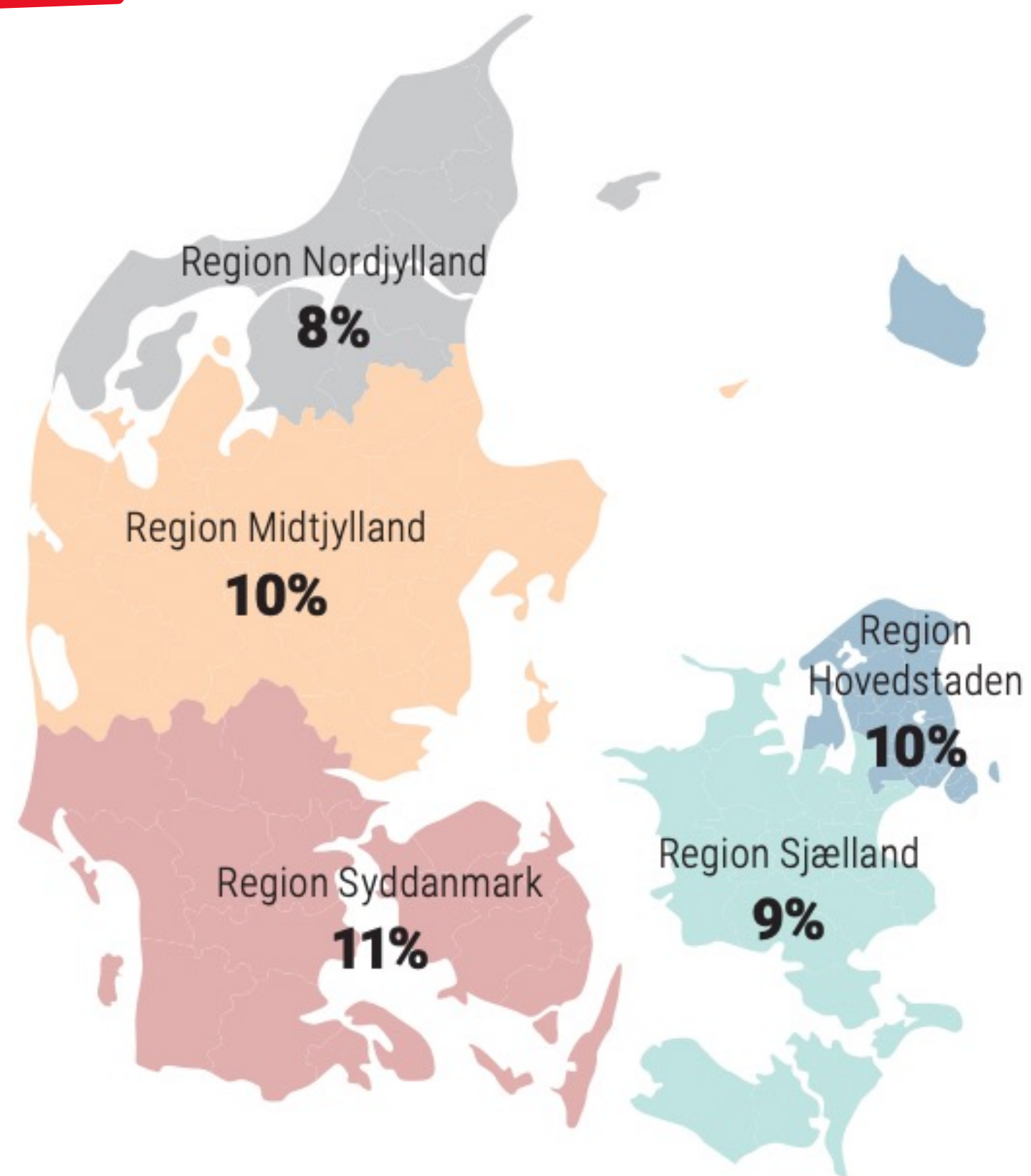
32% erhvervsskoleelever tjekker deres mobiltelefon hver nat eller næsten hver nat, efter de har lagt sig til at sove.

19% af erhvervsskoleelever har seriøst overvejet at stoppe på deres uddannelse. Dette gælder i højere grad for elever på Kontor-Handel-Forretningsservice sammenlignet med de øvrige tre hovedområder.

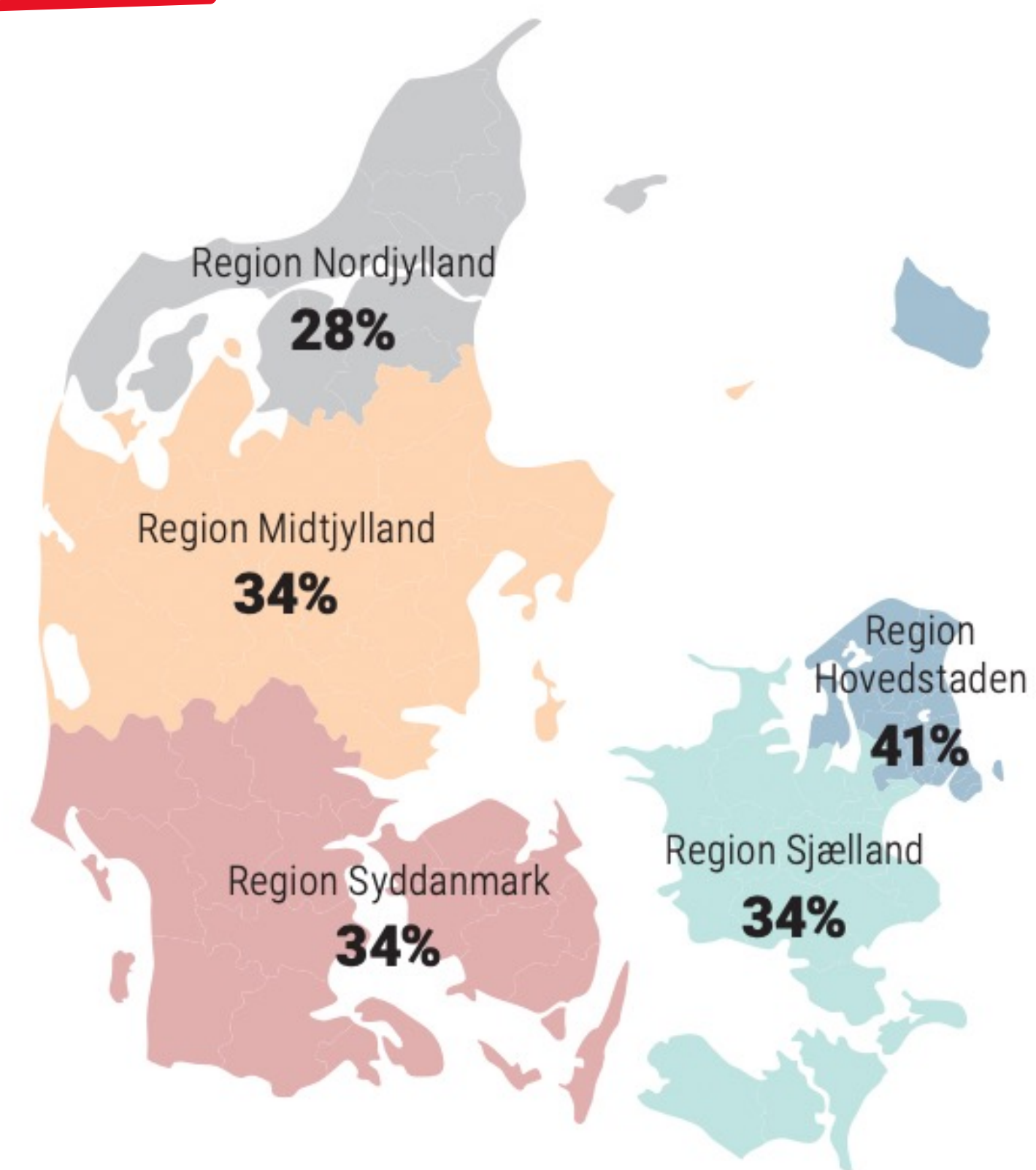


Ensomhed & stress på erhvervsuddannelser

Figur 9. Andel, der ofte eller meget ofte føler sig
ensomme opdelt på regioner.

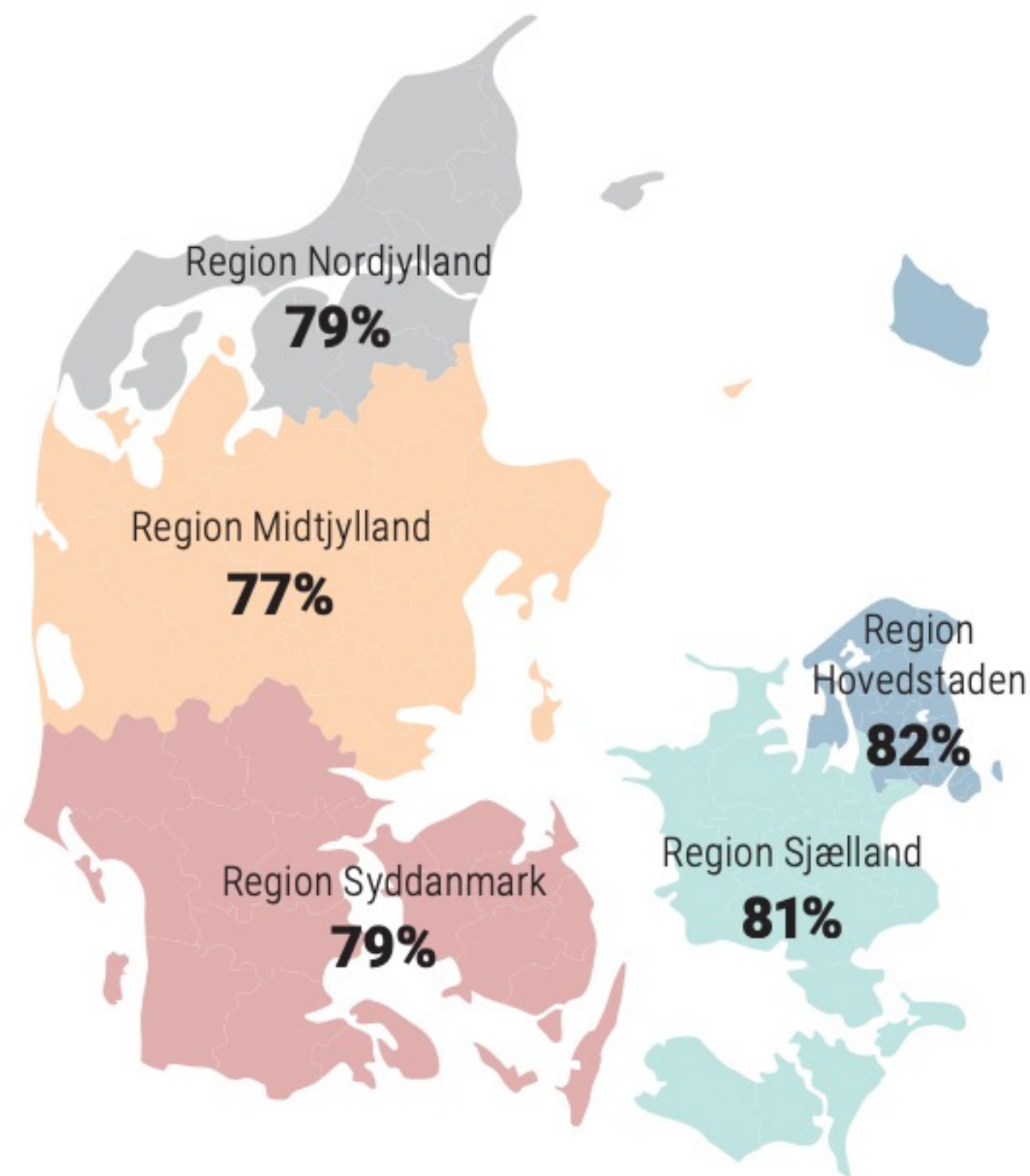


Figur 10. Andel, der dagligt eller ugentligt
er stresset opdelt på regioner.

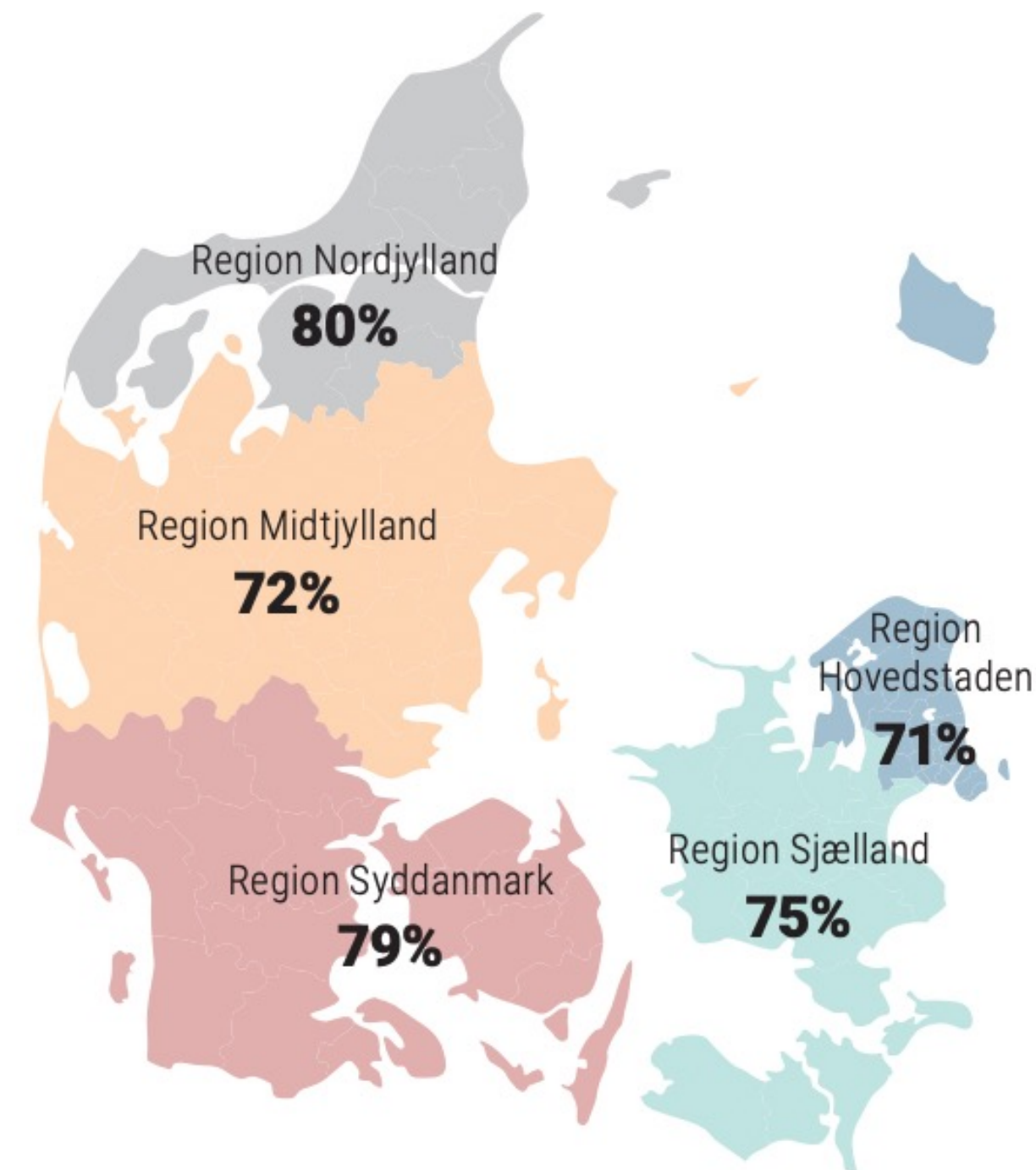


Selvværd og nogen at tale med på EUD

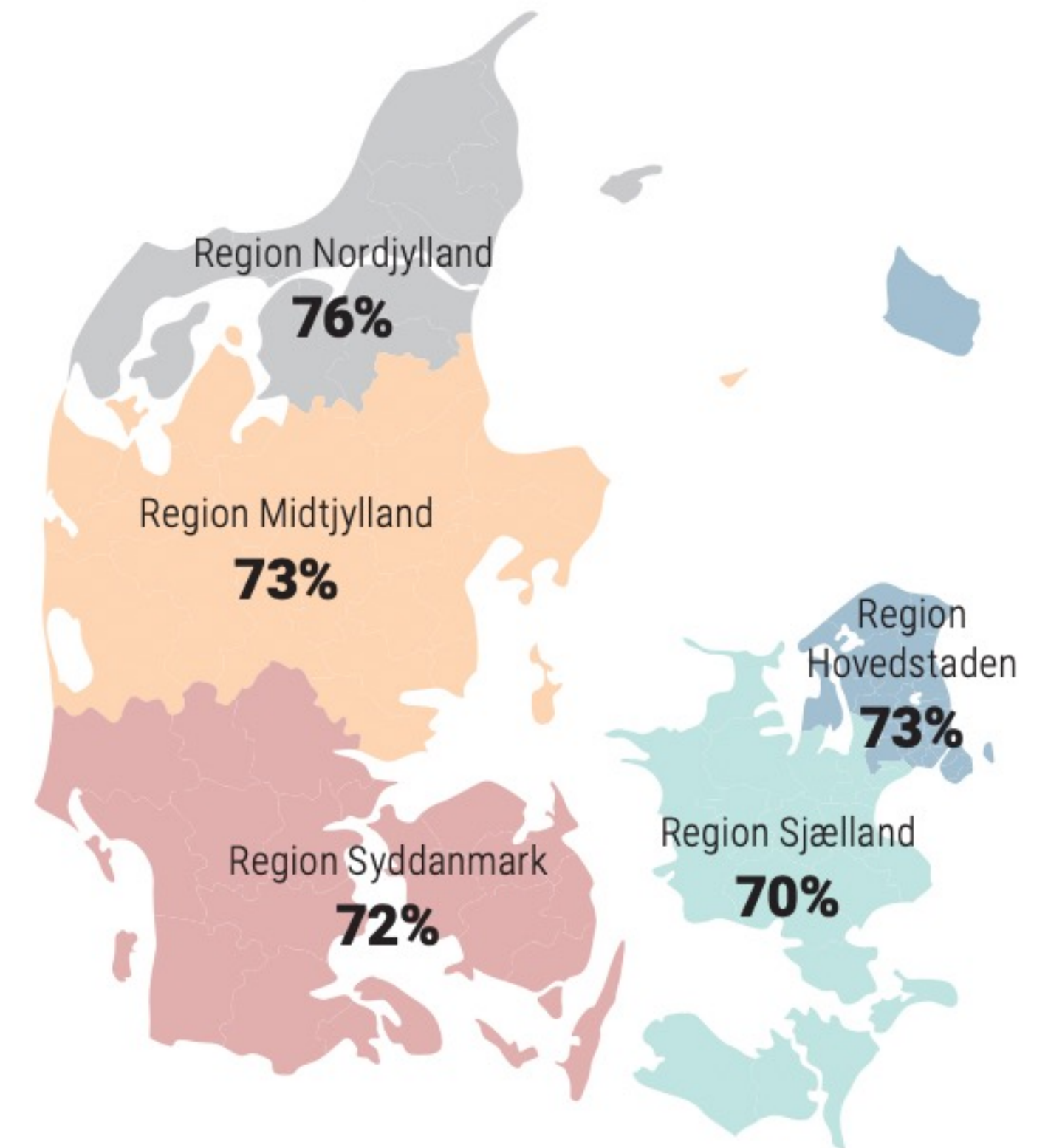
Figur 5. Andel, der synes, det er meget nemt eller nemt ~~at tale med venner om~~ noget, der virkelig plager, opdelt på regioner.



Figur 4. Andel, der føler, at de meget ofte eller ofte ~~kan få hjælp og støtte fra lærere~~ eller ansatte, når de har brug for det, opdelt på regioner.

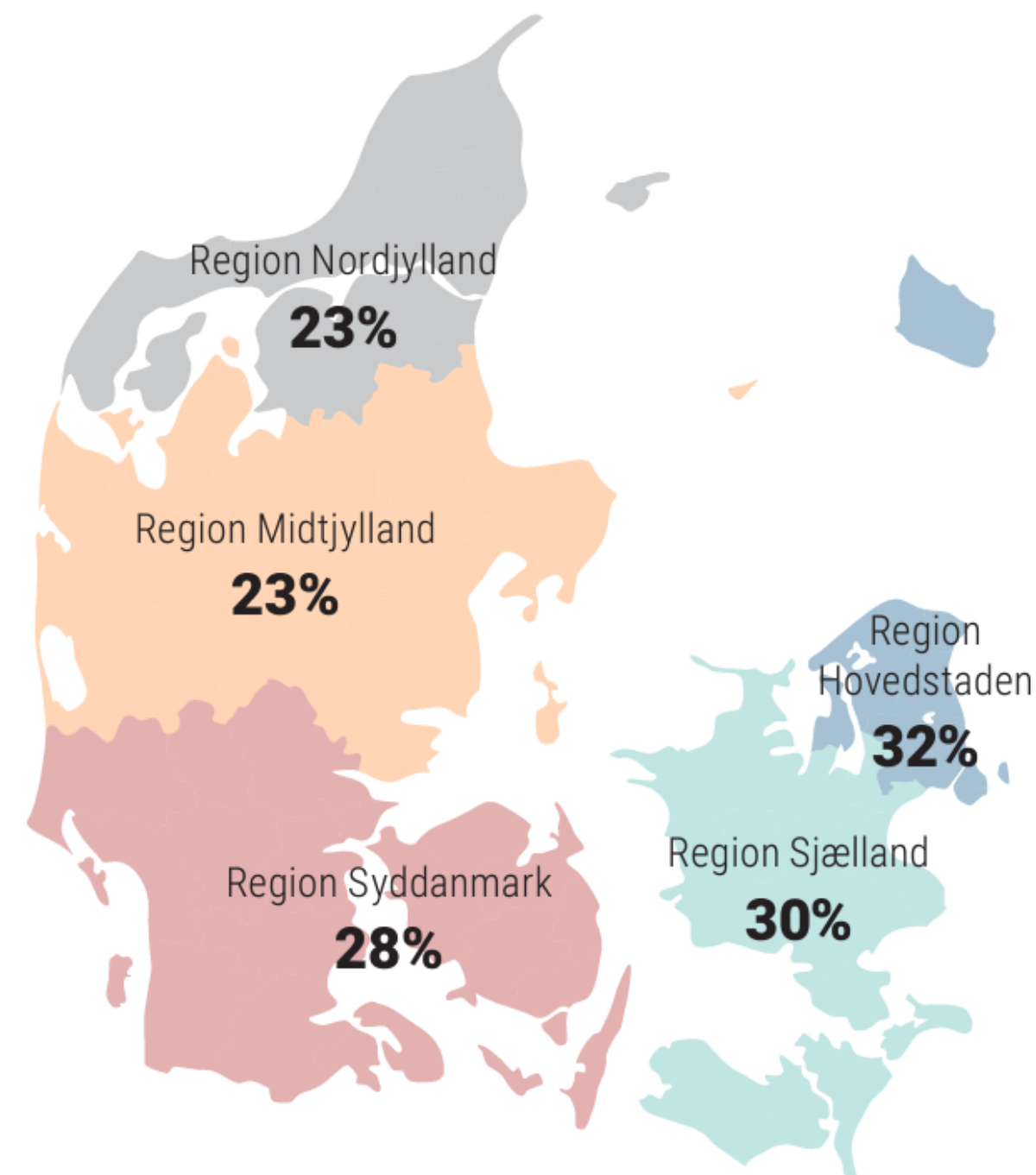


Figur 7. Andel, der er enig eller helt enig i udsagnet ~~'jeg er god nok, som jeg er'~~, opdelt på regioner.

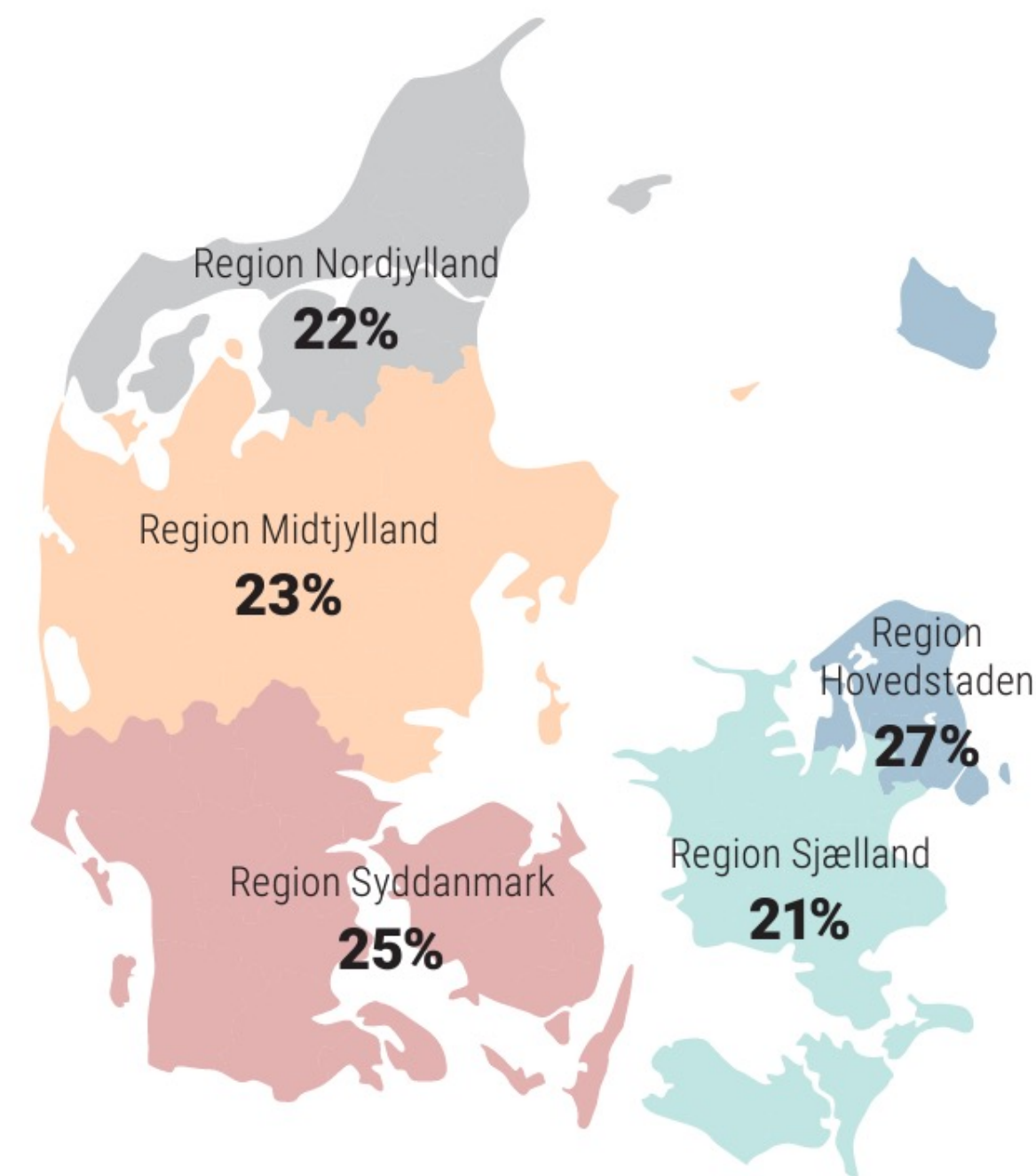


For lidt og afbrudt søvn samt træthed på EUD

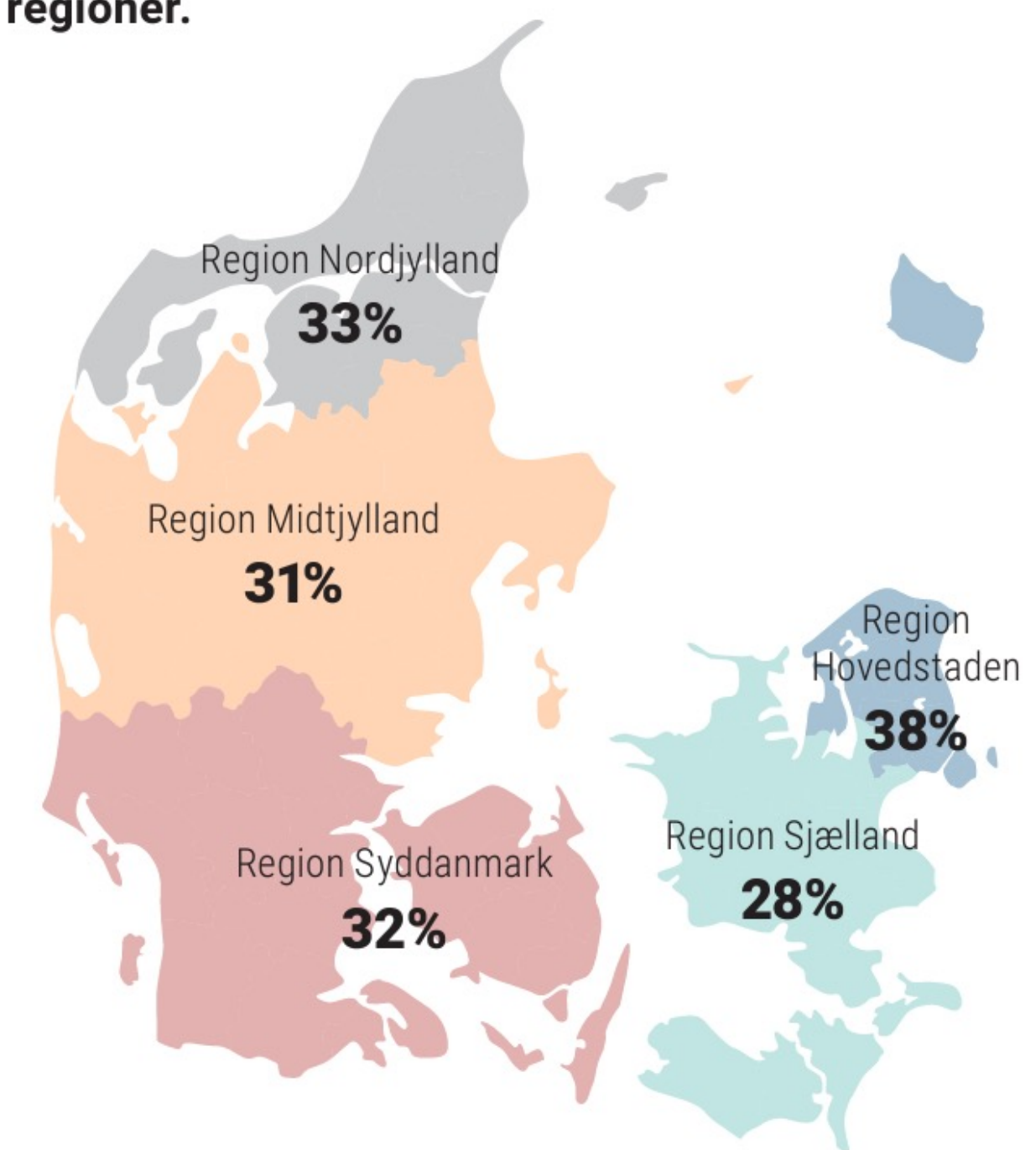
Figur 26. Andel, der sover mindre end syv timer, når de skal op i skole næste dag, opdelt på regioner.



Figur 27. Andel, der inden for de seneste 14 dage har været meget generet af træthed opdelt på regioner.



Figur 28. Andel, der inden for de sidste tre måneder har tjekket deres mobiltelefon næsten hver nat eller hver nat, efter de har lagt sig til at sove, opdelt på regioner.



ReloadMe: Indsats for søvn og digitale vaner (mental trivsel)



RELOADME

JUST
HUMAN

Me&We: Indsats for unges sociale trivsel og fællesskaber



PULS i skolen: Indsats for bevægelse (gavner indlæring og fællesskaber)



PULS
i skolen

JUST
HUMAN

Just Walk: Gåfællesskaber og venlighed



JUST WALK

JUST
HUMAN

Spørgsmål? 🌱

Kontakt os gerne:

Ida Enghave: ie@justhuman.dk

Eva Molin: em@justhuman.dk

