

Pep rapporten 2021

Författare: Sophie Cassel och Anders Carlander [SOM-rapport nr 2022:7]



Innehållsförteckning

Introduktion	5
Tabell 1 Representativitet över grupper, procent	6
Tabell 2 Lathund för procentskattningar vid olika gruppstorlekar (felmarginaler och procentenheter)	7
Frågor om mat.....	8
Tabell 3 Vilken typ av mat barnet äter (procent)	8
Tabell 4 Hur många dagar ätit frukost senaste veckan, i olika grupper (procent)	9
Tabell 5 Hur många dagar ätit frukost senaste veckan, uppdelat på kön och ålder (procent) ..	10
Tabell 6 Hur ofta ätit middag/kvällsmat tillsammans senaste veckan, i olika grupper (procent) ..	11
Tabell 7 Hur ofta ätit fisk/skaldjur senaste veckan, i olika grupper (procent)	13
Tabell 8 Hur ofta ätit fisk/skaldjur senaste veckan, uppdelat på kön och ålder (procent)	15
Tabell 9 Andel som äter fisk och skaldjur 2-3 gånger eller mer, i enlighet med kostråden, i olika grupper (procent)	16
Tabell 10 Hur ofta ätit kött senaste veckan, i olika grupper (procent).....	18
Tabell 11 Hur ofta ätit vegetariskt senaste veckan, uppdelat på kön, ålder och geografisk hemvist (procent)	20
Tabell 12 Hur många dagar ätit grönsaker senaste veckan, i olika grupper (procent).....	21
Tabell 13 Hur mycket grönsaker åt igår, i olika grupper (procent).....	23
Tabell 14 Hur många dagar ätit frukt och bär, i olika grupper (procent)	25
Tabell 15 Hur mycket frukt åt igår, i olika grupper (procent).....	27
Tabell 16 Hur mycket bär åt igår, i olika grupper (procent)	29
Tabell 17 Sammantaget, hur mycket grönt, frukt och bär åt igår, i olika grupper (procent)	31
Tabell 18 Sammantaget hur mycket grönt, frukt och bär åt igår, uppdelat på kön och ålder (procent).....	33
Tabell 19 Medelvärde mängd frukt och grönt åt igår, i olika grupper (gram).....	34
Tabell 20 Andel som ätit rekommenderad mängd frukt och grönt igår, i olika grupper (procent) .	36
Tabell 21 Andel som ätit rekommenderad mängd frukt och grönt igår, uppdelat på kön och ålder (procent).....	38
Tabell 22 Andel som ätit rekommenderad mängd frukt och grönt igår samt ätit fisk mer än 2-3ggr per vecka, uppdelat på de som når rekommenderad mängd fysisk aktivitet (procent).....	38
Tabell 23 Vilka drycker har druckit senaste veckan, i olika grupper (genomsnitt och procent) ..	39
Tabell 24 Hur många dagar druckit läsk senaste veckan, i olika grupper (procent).....	41

Tabell 25	Hur mycket läsk druckit senaste veckan, i olika grupper (procent)	43
Tabell 26	Typ av läsk som brukar dricka, i olika grupper (procent)	45
Tabell 27	Typ av läsk som brukar dricka, bland de som dricker 4 burkar eller mer (procent)	47
Tabell 28	Hur många dagar druckit energidryck senaste veckan, i olika grupper (procent)	48
Tabell 29	Hur mycket energidryck druckit senaste veckan, i olika grupper (procent)	49
Tabell 30	Typ av energidryck som brukar dricka, i olika grupper (procent)	51
Tabell 31	Hur många dagar ätit godis senaste veckan, i olika grupper (procent)	53
Tabell 32	Hur mycket godis ätit senaste veckan, i olika grupper (procent)	55
Tabell 33	Medelvärde mängd godis åt senaste veckan, i olika grupper (gram)	57
Tabell 34	Hur många dagar ätit snacks, i olika grupper (procent)	58
Tabell 35	Vilken typ av bröd brukar äta, i olika grupper (procent)	60
Tabell 36	Äta mer eller mindre av (procent)	62
Frågor om fysisk aktivitet		63
Tabell 37	Hur mycket rört sig igår, i olika grupper (procent)	63
Tabell 38	Hur mycket rört sig igår, uppdelat på kön och ålder (procent)	65
Tabell 39	Hur många dagar varit fysiskt aktiv i minst 60 min, i olika grupper (procent)	66
Tabell 40	Andel som varit fysiskt aktiv mer än 60 min senaste 7 dagarna, i olika grupper (procent)	68
Tabell 41	Andel varit fysiskt aktiv mer än 60 min senaste 7 dagarna, uppdelat på kön och ålder (procent)	70
Tabell 42	Går på fysisk aktivitet ja/nej, i olika grupper (procent)	71
Tabell 43	Går på fysisk aktivitet ja/nej, uppdelat på kön och ålder (procent)	72
Tabell 44	Hur många aktiviteter går på, i olika grupper (procent)	73
Tabell 45	Hur många aktiviteter går på, uppdelat på kön och ålder (procent)	75
Figur 1	Hur många regelbundna aktiviteter går på, antal aktiviteter bland alla (antal per svarsalternativ)	75
Tabell 46	Hur många gånger sammantaget gått på fysisk aktivitet senaste veckan, i olika grupper (procent)	76
Tabell 47	Hur många gånger sammantaget gått på fysisk aktivitet senaste veckan, uppdelat på kön och ålder (procent)	78
Tabell 48	Hur många gånger sammantaget gått på fysisk aktivitet senaste veckan, uppdelat på ålder bland de som är 11 år eller äldre (procent)	78
Tabell 49	Hur många gånger sammantaget gått på fysisk aktivitet senaste veckan, uppdelat på kön och ålder (procent)	79
Figur 2	Hur många gånger går på fysisk aktivitet senaste veckan, sammantaget (antal per svarsalternativ)	79
Tabell 50	Antal dagar undervisning på plats i skolan – de äldsta åldrarna	80
Tabell 51	Hur ofta idrottsundervisning i skolan, i olika grupper (procent)	80

Tabell 52	Önskar mer/mindre idrott (procent), i olika grupper (procent)	81
Tabell 53	Hur fysiskt aktiv senaste idrottslektionen var, uppdelat på ålder och geografisk hemvist (procent)	83
Tabell 54	Hur mycket ansträngde sig på senaste idrottslektionen, uppdelat på kön och ålder (procent).....	83
Tabell 55	Andel som gått på senaste idrottslektionen i skolan, i olika grupper (procent).....	84
Tabell 56	Anledning till varför inte gick på den senaste idrottslektionen (procent).....	86
Tabell 57	Anledning till varför inte ansträngde sig på senaste idrottslektionen (procent).....	86
Tabell 58	Andel som har fysisk aktivitet i skolan utöver idrottsundervisning, uppdelat på kön och (procent).....	87
Tabell 59	Andel som har fysisk aktivitet på fritids, uppdelat på kön och ålder (procent).....	87
Tabell 60	Andel som har fysisk aktivitet i förskolan, uppdelat på kön och ålder (procent)	88
Tabell 61	Färdssätt till skola/förskola, i olika grupper (procent)	89
Tabell 62	Skillnader i restid bland dem som åkt bil, i olika grupper (procent)	91
Tabell 63	Tagit sig till skolan på aktivt sätt eller ej, efter ålder (procent)	92
Tabell 64	Andel som rört sig och/eller ätit enligt rekommendationerna, i olika grupper (procent)	93
Tabell 65	Andel som rört sig och/eller ätit enligt rekommendationerna, uppdelat på kön och ålder (procent).....	95
Tabell 66	Andel som rört sig och/eller ätit enligt rekommendationerna, i olika grupper (procent)	96
Tabell 67	Andel som rört sig och/eller ätit enligt rekommendationerna, uppdelat på kön och ålder (procent).....	98
Skärmtid och sömn		99
Tabell 68	Hur länge satt stilla framför skärm igår, i olika grupper (procent)	99
Tabell 69	Ungefär antal timmar sömn på vardagar, i olika grupper (procent)	101
Tabell 70	Ungefär antal timmar sömn på helger/loven, i olika grupper (procent)	103
Tabell 71	Hur många gånger vaknat av mobiltelefon, i olika grupper (procent)	105
Psykisk ohälsa		107
Figur 3	Gränsvärden ångest och depression, hela urvalet, procent	107
Figur 4	Ångest och depression – Medelvärde råpoäng över kön (95% KI)	108
Figur 5	Ångest och depression – Medelvärde råpoäng över ålder (95% KI).....	109
Figur 6	Ångest och depression - Medelvärde råpoäng över inkomstnivå	110
Figur 7	Ångest och depression - Medelvärde råpoäng över antal dagar som varit fysisk aktiv i mer än 60 min de senaste 7 dagarna (95 % KI).....	111
Figur 8	Ångest och depression - Medelvärde råpoäng över skärmtid igår (95 % KI).....	112
Figur 9	Ångest och depression - Medelvärde råpoäng över om ätit enligt kostråden (95 % KI)	113

Figur 10	Självskattad hälsa, jämförelse med skolbarns hälsovanor från 2017/2018, tjejer över ålder.....	114
Figur 11	Självskattad hälsa, jämförelse med skolbarns hälsovanor från 2017/2018, killar över ålder.....	115
Tabell 72	Ångest - Medelvärde råpoäng över grupper.....	116
Tabell 73	Depression - Medelvärde råpoäng över grupper.....	117
Tabell 74	Hur tycker du att din hälsa är, i olika grupper (procent)	118
Tabell 75	Hur tycker du att din hälsa är, uppdelat på kön och ålder (procent)	120

Introduktion

Under hösten 2021 genomförde SOM-institutet Pep-rapporten i samarbete med Generation Pep och Karolinska Institutet, med stöd av Hjärt-Lungfonden.

SOM-institutet är en forsknings- och undersökningsorganisation vid Göteborgs universitet. De årliga SOM-undersökningarnas rapportserie står för en betydande del av resultatredovisningen av SOM-institutets undersökningar, där Pep-rapporten ingår. Alla publikationer finns tillgängliga för nedladdning på SOM-institutets webbsida gu.se/som-institutet. Resultat och analyser från Pep-rapporten kommer du även att kunna ta del av på generationpep.se.

Pep-rapporten

Pep-rapporten är en enkätundersökning om barn och ungas matvanor och fysiska aktivitet med syftet att öka kunskapen om hur hälsoläget ser ut för barn och unga runt om i landet. Undersökningen består av en webbenkät som fylls i av barnet som blivit utvalt att delta tillsammans med en av deras vårdnadshavare.

Inbjudan skickades ut till ett slumpmässigt sannolikhetsurval av barn i Sverige som erbjöds att svara på undersökningen via webben. Urvalsramen omfattade alla svenska och utländska medborgare som vid tillfället var folkbokförda i Sverige och som var mellan 4-17 år. I det totala urvalet ingick i 2021 års undersökning 29 000 barn.

Undersökningen bestod av ett 70-tal frågor. Svaren samlades in mellan den 16 september 2021 och den 18 januari 2022. En stor andel av svaren inkom tidigt och efter 30 dagar hade närmare 60 procent av de slutgiltiga svaren inkommit. Under fältperioden genomfördes en serie påminnelser via post och SMS.

Svarsfrekvens och representativitet

Av det ursprungliga urvalet på 29 000 barn var det 7045 som var inne och svarade på minst en fråga i enkäten vilket motsvarar en nettosvarsfrekvens på cirka 24 procent¹.

Vilka som svarar och vilka som inte svarar på en frågeundersökning har betydelse för tolkningen av undersökningens resultat. Om en viss grupp är underrepresenterad och samma grupps svar tenderar att skilja sig från övrigas blir studiens resultat mindre tillförlitlig för populationen som helhet. För att undersöka hur väl svarsgruppen speglar befolkningen jämförs de som svarat på undersökning med befolkningen på ett antal variabler. De som svarat på undersökningen jämförs även med de som bjödits in till att delta i undersökningen när detta är möjligt.

Den demografiska representativiteten bland de som svarat på undersökningen är generellt god. Av de som svarat på undersökningen är det något fler yngre barn och något färre 16-17 åringar jämfört med de som bjödits in till undersökningen (tabell 1). Jämfört med hur befolkningen ser ut i stort är det något större skillnad med avseende på ålder vilket kan bero på att barnets ålder räknas vid inbjudningstillfället till undersökningen men redovisas på årsbasis för befolkningen som helhet.

¹ I nettosvarsfrekvensen har det så kallade naturliga bortfallet definierats bort. Till det naturliga bortfallet förs personer som är fysiskt oförmögna att svara på enkäten, exempelvis de som vi inte kunnat nå med postinbjudan. Sammanlagt 174 personer har räknats bort som naturligt bortfall.

Tabell 1 Representativitet över grupper, procent

	Svarade i Pep-rapporten	Urval	Befolkningsunderlag (2020/2021) ¹
	%	%	%
<i>Kön</i>			
Tjejer	48,98	48,08	48,53
Killar	51,02	51,92	51,47
<i>Ålder</i>			
4 år	7,63	6,61	7,29
5 år	8,81	7,64	7,17
6 år	8,60	7,18	7,27
7 år	7,71	7,25	7,20
8 år	8,03	7,47	7,27
9 år	7,41	7,45	7,21
10 år	7,71	7,41	7,49
11 år	7,63	7,45	7,29
12 år	7,17	7,50	7,23
13 år	6,92	7,41	7,13
14 år	6,52	7,29	7,08
15 år	6,17	7,21	6,85
16 år	5,65	6,91	6,81
17 år	4,05	5,22	6,69
<i>Geografisk hemvist</i> ³			
Storstad/pendlingskommun	40,02	38,24	38,25 ²
Större stad	38,58	38,58	38,38 ²
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	22,10	23,17	23,36 ²
Sammanboende vårdnadshavare ⁴	81,20 ⁵	-	71,11 ⁶
<i>Utbildningsnivå (sammanboende vårdnadshavare)</i> ⁴			
Vårdnadshavare med högst gymnasieutbildning	12,73	-	31,94
<i>Utbildningsnivå (ensamstående vårdnadshavare)</i>			
Vårdnadshavare med högst gymnasieutbildning	24,97	-	48,36

Kommentar: ¹Statistiska centralbyrån ([Statistikdatabasen](#)), baseras på hushåll med barn mellan 4-17 år) ²Siffror från 2021 ³Baserad på SKL:s grövsta kommungruppsindelning ([Kommungruppsindelning | SKR](#)) ⁴Baseras på självrapporterad familjekonstellation ⁵Bor tillsammans med den andra vårdnadshavaren ⁶Bor tillsammans med ursprungliga (biologiska eller adoptiv-)föräldrarna.

Även representativiteten avseende kön och geografisk hemvist är god. Fördelningen mellan tjejer och killar är i stort lika bland de som svarat, de som bjudits in till undersökningen och befolkningsunderlaget (tabell 1). Det är dock något fler som bor i storstad/pendlingskommun och något färre som bor i mindre stad/tätort och landsbygdskommun bland de som svarat på undersökningen jämfört med befolkningen som helhet.

Eftersom barns hälso- och matvanor kan vara starkt kopplat till deras familjesituation är det även viktigt att undersöka hur representativ denna är. Både i befolkningen samt bland de som svarade på Pep-rapporten 2021 är det en övervägande majoritet av barnen som bor ihop med båda vårdnadshavarna. Denna grupp är dock något större bland de som svarat på undersökningen, 81% bland de som svarat jämfört med 71% i befolkningen (tabell 1).

Jämfört med befolkningen som helhet är vårdnadshavarna till barnen som deltar i undersökningen i betydligt högre utsträckning välutbildade. Bland ensamstående vårdnadshavare är det endast runt 25% som har högst eftergymnasial utbildning medan motsvarande siffra bland föräldrar med barn i samma åldrar i befolkningen är 48%. Ett liknande mönster syns bland sammanboende vårdnadshavare, där det är 13% av barnen som har minst en vårdnadshavare med högst eftergymnasial utbildning jämfört med 32 % i befolkningen (tabell1).

Procentskattningar och felmarginal

Pep-rapporten bygger på ett slumpmässigt urval. Resultat från sådana urvalsundersökningar är alltid förknippade med en osäkerhet som kan uttryckas i form av en felmarginal. Med hjälp av en felmarginal går det att beräkna ett konfidensintervall kring till exempel en procentskattning. Vi kan förvänta oss att procenttalet för hela populationen befinner sig inom konfidensintervallet i 95 fall av 100 i en hypotetisk situation med många upprepade mätningar. Att vara medveten om felmarginalen gör att vi lättare undviker att dra slutsatser om förändringar eller gruppskillnader som enbart beror på slumpen. Tabellen nedan ger några exempel på hur stor felmarginalen är vid olika gruppstorlekar och procentskattningar.

Tabell 2 Lathund för procentskattningar vid olika gruppstorlekar (felmarginaler och procentenheter)

Skattning	100	200	400	800	1000	2000
50 procent	±9,8	±6,9	±4,9	±3,5	±3,1	±2,2
30 procent	±9,0	±6,4	±4,5	±3,2	±2,8	±2,0
10 procent	±5,9	±4,2	±2,9	±2,1	±1,9	±1,3
6 procent	±4,7	±3,3	±2,3	±1,6	±1,5	±1,0
2 procent	±2,7	±1,9	±1,4	±1,0	±0,9	±0,6

Frågor om mat

Tabell 3 Vilken typ av mat barnet äter (procent)

	Äter det mesta	Äter allt utom kött	Äter aldrig kött, fisk eller ägg	Äter aldrig kött, fisk eller mjölkprodukter	Äter annan mat t. ex. halal eller kosher	Annan typ av mat	Summa	n
<i>Samtliga</i>	90	3	1	0	3	3	100	6489
<i>Kön</i>								
Tjej	87	4	1	0	4	4	100	3164
Kille	91	2	1	0	3	3	100	3297
<i>Ålder</i>								
4-6 år	94	2	0	0	2	2	100	1521
7-9 år	89	3	1	0	3	4	100	1502
10-12 år	90	3	0	0	3	4	100	1481
Över 13 år	88	4	1	0	4	3	100	1969

Kommentar: Frågan är ställd till vårdnadshavaren som svarar på enkäten och lyder "Vilken typ av mat äter ditt barn?". Svartalternativen framgår av tabellen. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 4 Hur många dagar ätit frukost senaste veckan, i olika grupper (procent)

	Ingen gång	1-2 dagar	3-4 dagar	5-6 dagar	7 dagar	Summa	n
<i>Samtliga</i>	5	10	8	11	66	100	6242
<i>Kön</i>							
Tjej	6	12	9	12	61	100	3045
Kille	4	8	8	11	69	100	3169
<i>Ålder</i>							
4-6 år	2	9	9	9	71	100	1471
7-9 år	2	7	7	8	76	100	1454
10-12 år	3	8	7	12	70	100	1421
Över 13 år	10	14	10	15	51	100	1884
<i>Geografisk hemvist¹</i>							
Storstad/ pendlingskommun	4	10	8	12	66	100	2468
Större stad	5	10	9	11	65	100	2388
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	4	11	9	12	64	100	1386
<i>Hushållsinkomst²</i>							
Låg	5	12	12	11	60	100	713
Medel	6	12	10	13	59	100	2217
Hög	4	8	7	11	70	100	3197
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>							
Låg	8	15	13	12	52	100	198
Medel	6	12	11	12	59	100	1940
Hög	4	9	7	11	69	100	4078
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>							
Arbetar	4	10	8	12	66	100	5646
Arbetslös	8	10	7	7	68	100	121
Sjuk/Aktivitetsersättning	(5)	(8)	(10)	(10)	(67)	100	60
Studerar	6	9	9	9	67	100	371
Annat	6	9	9	9	67	100	132

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på veckan som gått - alltså de senaste sju dagarna från idag - hur ofta åt du frukost?". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹Baserad på SKL:s grövsta kommungruppsindelning. ²Hushållsinkomst bygger på två frågor, en till hushåll med flera vuxna/vårdnadshavare och den andra till ensamstående vårdnadshavare: "Låg" avser en inkomst på under 20 000 för ensamstående och under 40 000 för hushåll med flera vuxna, "Medel" avser en inkomst på mellan 20 000 och 40 000 för ensamstående och 40 000 - 80 000 för hushåll med flera vuxna, "Hög" avser en inkomst mellan 40 000 - 60 000 eller mer för ensamstående och mellan 80 000 - 100 000 eller mer för hushåll med flera vuxna. ³"Låg" avser grundskola eller motsvarande, "Medel" avser gymnasieutbildning och utbildning efter gymnasiet kortare än 3 år, "Hög" avser högskole- eller universitetsutbildning 3 år eller mer. ⁴Arbetsmarknadspolitisk åtgärd och Pensionär har uteslutits då svarstalet är under 100 personer. ⁵I Sverige/Annat land Norden ingår landsbygd, mindre tätort, stad/större tätort, Stockholm, Göteborg eller Malmö samt land utanför Europa. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 4 forts. Hur många dagar ätit frukost senaste veckan, i olika grupper (procent)

	Ingen gång	1-2 dagar	3-4 dagar	5-6 dagar	7 dagar	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>							
Bor med ensam vuxen	8	12	11	13	56	100	749
Bor med den andra vårdnadshavaren	4	10	8	11	67	100	5099
Bor med annan vuxen	8	13	9	14	56	100	374
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>							
Sverige/Annat land i Norden	4	10	8	12	66	100	5565
Annat land i Europa	4	10	10	11	65	100	273
Land utanför Europa	8	14	13	11	54	100	394

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på veckan som gått - alltså de senaste sju dagarna från idag - hur ofta åt du frukost?". Svartalalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹Baserad på SKL:s grövsta kommungruppsindelning. ²Hushållsinkomst bygger på två frågor, en till hushåll med flera vuxna/vårdnadshavare i och den andra till ensamstående vårdnadshavare: "Låg" avser en inkomst på under 20 000 för ensamstående och under 40 000 för hushåll med flera vuxna, "Medel" avser en inkomst på mellan 20 000 och 40 000 för ensamstående och 40 000 - 80 000 för hushåll med flera vuxna, "Hög" avser en inkomst mellan 40 000 - 60 000 eller mer för ensamstående och mellan 80 000 - 100 000 eller mer för hushåll med flera vuxna. ³"Låg" avser grundskola eller motsvarande, "Medel" avser gymnasieutbildning och utbildning efter gymnasiet kortare än 3 år, "Hög" avser högskole- eller universitetsutbildning 3 år eller mer. ⁴Arbetsmarknadspolitisk åtgärd och Pensionär har uteslutits då svarstalet är under 100 personer. ⁵I Sverige/Annat land Norden ingår landsbygd, mindre tätort, stad/större tätort, Stockholm, Göteborg eller Malmö samt land i Norden. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 5 Hur många dagar ätit frukost senaste veckan, uppdelat på kön och ålder (procent)

	Ingen gång	1-2 dagar	3-4 dagar	5-6 dagar	7 dagar	Summa	n
<i>Samtliga</i>	5	10	8	11	66	100	6242
<i>Tjej</i>							
4-6 år	2	10	9	9	70	100	715
7-9 år	2	8	7	8	75	100	695
10-12 år	3	11	7	14	65	100	653
Över 13	12	16	10	15	47	100	977
<i>Kille</i>							
4-6 år	2	8	8	10	72	100	751
7-9 år	2	7	6	9	76	100	752
10-12 år	3	5	8	11	73	100	761
Över 13	7	12	10	15	56	100	899

Kommentar: För frågans lydelse se tabell 4. Svartalalternativen framgår av tabellen. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 6 Hur ofta ätit middag/kvällsmat tillsammans senaste veckan, i olika grupper (procent)

	Ingen gång	1-2 dagar	3-4 dagar	5-6 dagar	7 dagar	Summa	n
<i>Samtliga</i>	1	4	9	25	61	100	6161
<i>Kön</i>							
Tjej	1	4	9	26	60	100	3013
Kille	1	3	8	23	65	100	3120
<i>Ålder</i>							
4-6 år	0	2	5	19	74	100	1450
7-9 år	0	2	6	22	70	100	1435
10-12 år	1	3	7	26	63	100	1399
Över 13 år	3	8	15	30	44	100	1866
<i>Geografisk hemvist¹</i>							
Storstad/ pendlingskommun	1	4	10	26	59	100	2437
Större stad	1	3	8	25	63	100	2353
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	1	4	8	23	64	100	1371
<i>Hushållsinkomst²</i>							
Låg	2	4	11	19	64	100	692
Medel	1	5	9	23	62	100	2187
Hög	1	3	8	27	61	100	3169
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>							
Låg	3	5	14	22	56	100	192
Medel	1	5	10	24	60	100	1911
Hög	1	3	8	26	62	100	4033
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>							
Arbetar	1	4	9	25	61	100	5583
Arbetslös	2	2	10	19	67	100	119
Sjuk/Aktivitetsersättning	(2)	(8)	(7)	(24)	(59)	100	99
Studerar	1	5	5	21	68	100	367
Annat	6	7	10	20	57	100	127

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på veckan som gått - alltså de senaste sju dagarna från idag - hur ofta åt ni middag/kvällsmat tillsammans i familjen?". Svartalalternativen framgår av tabellen. ¹²³⁴⁵
För förklaring av kategorier se tabell 4. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 6 forts. Hur ofta ätit middag/kvällsmat tillsammans senaste veckan, i olika grupper (procent)

	Ingen gång	1-2 dagar	3-4 dagar	5-6 dagar	7 dagar	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>							
Bor med ensam vuxen	3	7	10	24	56	100	733
Bor med båda vårdnadshavarna	1	3	8	25	63	100	5037
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	2	5	9	25	59	100	371
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>							
Sverige/Annat land i Norden	1	3	8	25	63	100	5507
Annat land i Europa	1	6	10	26	57	100	265
Land utanför Europa	3	7	13	19	58	100	379

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på veckan som gått - alltså de senaste sju dagarna från idag - hur ofta åt ni middag/kvällsmat tillsammans i familjen?". Svarsalternativen framgår av tabellen.¹²³⁴⁵
För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 7 Hur ofta ätit fisk/skaldjur senaste veckan, i olika grupper (procent)

	Ingen gång	1 gång	2-3 ggr	4-5 ggr	6-7 ggr	8-9 ggr	10-11 ggr	12-13 ggr	14 ggr	Summa	n
<i>Samtliga</i>	13	36	45	5	1	0	0	0	0	100	6191
<i>Kön</i>											
Tjej	14	37	44	4	1	0	0	0	0	100	3019
Kille	13	36	45	5	1	0	0	0	0	100	3144
<i>Ålder</i>											
4-6 år	7	40	49	4	0	0	0	0	0	100	1460
7-9 år	11	37	46	5	1	0	0	0	0	100	1443
10-12 år	14	35	45	5	1	0	0	0	0	100	1414
Över 13 år	19	34	41	5	1	0	0	0	0	100	1862
<i>Geografisk hemvist¹</i>											
Storstad/pendlingskommun	14	33	46	6	1	0	0	0	0	100	2451
Större stad	13	38	44	4	1	0	0	0	0	100	2360
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	13	40	43	3	1	0	0	0	0	100	1380
<i>Hushållsinkomst²</i>											
Låg	14	39	41	5	1	0	0	0	0	100	706
Medel	14	40	42	3	1	0	0	0	0	100	2198
Hög	13	33	48	5	1	0	0	0	0	100	3178
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>											
Låg	9	39	40	6	3	1	1	0	1	100	194
Medel	15	41	40	3	1	0	0	0	0	100	1920
Hög	13	34	48	5	0	0	0	0	0	100	4054
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>											
Arbetar	13	36	45	5	1	0	0	0	0	100	5607
Arbetslös	20	34	41	2	1	1	0	0	1	100	121
Sjuk/Aktivitetsersättning	13	36	41	9	1	0	0	0	0	100	102
Studerar	11	38	44	4	2	0	0	0	1	100	368
Annat	17	35	40	4	1	1	1	0	1	100	127

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Hur många gånger de senaste sju dagarna har du ätit fisk eller skaldjur till lunch eller middag?". Svarsalternativen framgår av tabellen. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 7 **forts. Hur ofta fisk/skaldjur senaste veckan, i olika grupper (procent)**

	Ingen gång	1 gång	2-3 ggr	4-5 ggr	6-7 ggr	8-9 ggr	10-11 ggr	12-13 ggr	14 ggr	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>											
Bor med ensam vuxen	20	38	36	4	1	0	0	0	1	100	741
Bor med båda vårdnadshavarna	12	35	47	5	1	0	0	0	0	100	5057
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	18	42	35	3	1	1	0	0	0	100	374
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>											
Sverige/Annat land i Norden	13	36	46	4	1	0	0	0	0	100	5525
Annat land i Europa	15	40	40	4	1	0	0	0	0	100	270
Land utanför Europa	12	35	43	6	2	0	0	1	1	100	388
<i>Ätit middag tillsammans</i>											
Ingen gång	(29)	(28)	(38)	(3)	(1)	(0)	(0)	(0)	(1)	100	67
1-2 dagar	21	37	37	3	2	0	0	0	0	100	235
3-4 dagar	19	39	39	3	0	0	0	0	0	100	529
5-6 dagar	14	36	43	6	1	0	0	0	0	100	1524
7 dagar	12	36	47	4	1	0	0	0	0	100	3751
<i>Går på aktivitet på fritiden</i>											
Ja	12	35	47	5	1	0	0	0	0	100	4423
Nej	17	40	39	3	1	0	0	0	0	100	1597
<i>Hur mycket rört sig igår (minuter)</i>											
Inte alls	25	33	37	4	1	0	0	0	0	100	229
Mellan 0-30 minuter	20	38	37	3	1	0	0	0	1	100	672
Mellan 31-60 minuter	15	38	42	4	1	0	0	0	0	100	1293
Mer än 60 minuter	11	35	48	5	1	0	0	0	0	100	3821
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60 minuter</i>											
Under 7 dagar	15	37	43	4	1	0	0	0	0	100	4675
7 dagar	9	32	52	7	0	0	0	0	0	100	1329

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Hur många gånger de senaste sju dagarna har du ätit fisk eller skaldjur till lunch eller middag?". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 8 Hur ofta ätit fisk/skaldjur senaste veckan, uppdelat på kön och ålder (procent)

	Ingen gång	1 gång	2-3 ggr	4-5 ggr	6-7 ggr	8-9 ggr	10-11 ggr	12-13 ggr	14 ggr	Summa	n
<i>Samtliga</i>	13	36	45	5	1	0	0	0	0	100	6191
<i>Tjej</i>											
4-6 år	7	40	49	4	0	0	0	0	0	100	711
7-9 år	10	39	45	5	1	0	0	0	0	100	689
10-12 år	15	36	43	4	1	0	0	0	0	100	648
Över 13	21	33	41	4	1	0	0	0	0	100	966
<i>Kille</i>											
4-6 år	8	39	49	4	0	0	0	0	0	100	744
7-9 år	12	36	47	5	0	0	0	0	0	100	747
10-12 år	14	33	47	5	1	0	0	0	0	100	759
Över 13	16	36	42	5	1	0	0	0	0	100	888

Kommentar: För frågans lydelse se tabell 7. Svarsalternativen framgår av tabellen. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 9 **Andel som äter fisk och skaldjur 2-3 gånger eller mer, i enlighet med kostråden, i olika grupper (procent)**

	Äter inte fisk och skaldjur enligt kostråden	Äter fisk och skaldjur enligt kostråden	Summa	n
<i>Samtliga</i>	49	51	100	6191
<i>Kön</i>				
Tjej	50	50	100	3019
Kille	49	51	100	3144
<i>Ålder</i>				
4-6 år	47	53	100	1460
7-9 år	49	51	100	1443
10-12 år	49	51	100	1414
Över 13 år	53	47	100	1862
<i>Geografisk hemvist¹</i>				
Storstad/pendlingskommun	47	53	100	2451
Större stad	51	49	100	2360
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	53	47	100	1380
<i>Hushållsinkomst²</i>				
Låg	52	48	100	706
Medel	54	46	100	2198
Hög	46	54	100	3178
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>				
Låg	49	51	100	194
Medel	56	44	100	1920
Hög	46	54	100	4054
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>				
Arbetar	49	51	100	5607
Arbetslös	54	46	100	121
Sjuk/Aktivitetssättning	49	51	100	102
Studerar	49	51	100	368
Annat	53	47	100	127

Kommentar: För frågans lydelse se tabell 7. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 9 forts. Andel som äter fisk och skaldjur 2-3 dagar eller mer, i enlighet med kostråden, i olika grupper (procent)

	Äter inte fisk och skaldjur enligt kostråden	Äter fisk och skaldjur enligt kostråden	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>				
Bor med ensam vuxen	58	42	100	741
Bor med båda vårdnadshavarna	47	53	100	5057
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	60	40	100	374
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>				
Sverige/Annat land i Norden	49	51	100	5525
Annat land i Europa	55	45	100	270
Land utanför Europa	47	53	100	388
<i>Ätit middag tillsammans</i>				
Ingen gång	(57)	(43)	100	67
1-2 dagar	59	41	100	235
3-4 dagar	58	42	100	529
5-6 dagar	50	50	100	1524
7 dagar	47	53	100	3751

Kommentar: För frågans lydelse se tabell 7. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 10 Hur ofta ätit kött senaste veckan, i olika grupper (procent)

	Ingen gång	1 gång	2-3 ggr	4-5 ggr	6-7 ggr	8-9 ggr	10-11 ggr	12-13 ggr	14 ggr	Summa	n
<i>Samtliga</i>	6	9	37	28	11	5	3	1	0	100	6136
<i>Kön</i>											
Tjej	7	10	38	27	10	5	2	1	0	100	2995
Kille	4	9	36	28	12	5	4	1	1	100	3113
<i>Ålder</i>											
4-6 år	4	13	42	25	9	4	3	0	0	100	1446
7-9 år	5	9	37	27	12	6	3	1	0	100	1423
10-12 år	4	8	35	31	11	5	4	1	1	100	1405
Över 13 år	8	8	35	26	12	4	4	2	1	100	1853
<i>Geografisk hemvist¹</i>											
Storstad/pendlingskommun	7	10	38	26	10	5	3	1	0	100	2432
Större stad	5	9	36	28	12	5	3	1	1	100	2342
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	5	9	36	28	11	5	5	1	0	100	1362
<i>Hushållsinkomst²</i>											
Låg	8	15	44	21	6	3	1	1	1	100	686
Medel	5	10	38	27	11	5	3	1	0	100	2170
Hög	5	8	35	29	12	6	4	1	0	100	3171
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>											
Låg	5	11	52	20	5	4	1	1	1	100	185
Medel	5	11	41	26	9	3	3	1	1	100	1896
Hög	6	8	35	28	12	6	4	1	0	100	4033
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>											
Arbetar	5	9	37	29	11	5	3	1	0	100	5567
Arbetslös	8	15	40	18	6	8	2	0	3	100	117
Sjuk/Aktivitetsersättning	13	36	41	9	1	0	0	0	0	100	102
Studerar	11	38	44	4	2	0	0	0	1	100	368
Annat	17	35	40	4	1	1	1	0	1	100	127

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Hur många gånger de senaste sju dagarna har du ätit kött till lunch eller middag?". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 10 forts. Hur ofta ätit kött senaste veckan, i olika grupper (procent)

	Ingen gång	1 gång	2-3 ggr	4-5 ggr	6-7 ggr	8-9 ggr	10-11 ggr	12-13 ggr	14 ggr	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>											
Bor med ensam vuxen	20	38	36	4	1	0	0	0	1	100	741
Bor med båda vårdnadshavarna	12	35	47	5	1	0	0	0	0	100	5057
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	18	42	35	3	1	1	0	0	0	100	374
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>											
Sverige/Annat land i Norden	13	36	46	4	1	0	0	0	0	100	5525
Annat land i Europa	15	40	40	4	1	0	0	0	0	100	270
Land utanför Europa	12	35	43	6	2	0	0	1	1	100	388
<i>Ätit middag tillsammans</i>											
Ingen gång	(29)	(28)	(38)	(3)	(1)	(0)	(0)	(0)	(1)	100	67
1-2 dagar	21	37	37	3	2	0	0	0	0	100	235
3-4 dagar	19	39	39	3	0	0	0	0	0	100	529
5-6 dagar	14	36	43	6	1	0	0	0	0	100	1524
7 dagar	12	36	47	4	1	0	0	0	0	100	3751
<i>Går på aktivitet på fritiden</i>											
Ja	12	35	47	5	1	0	0	0	0	100	4423
Nej	17	40	39	3	1	0	0	0	0	100	1597
<i>Hur mycket rört sig igår (minuter)</i>											
Inte alls	25	33	37	4	1	0	0	0	0	100	229
Mellan 0-30 minuter	20	38	37	3	1	0	0	0	1	100	672
Mellan 31-60 minuter	15	38	42	4	1	0	0	0	0	100	1293
Mer än 60 minuter	11	35	48	5	1	0	0	0	0	100	3821
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60 minuter</i>											
Under 7 dagar	15	37	43	4	1	0	0	0	0	100	4675
7 dagar	9	32	52	7	0	0	0	0	0	100	1329

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Hur många gånger de senaste sju dagarna har du ätit kött till lunch eller middag?". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 11 Hur ofta ätit vegetariskt senaste veckan, uppdelat på kön, ålder och geografisk hemvist (procent)

	Ingen gång	1 gång	2-3 ggr	4-5 ggr	6-7 ggr	8-9 ggr	10-11 ggr	12-13 ggr	14 ggr	Summa	n
<i>Samtliga</i>	23	31	28	9	4	1	1	1	2	100	6112
<i>Kön</i>											
Tjej	20	30	29	10	4	1	2	1	3	100	2981
Kille	26	31	27	9	3	1	1	1	1	100	3103
<i>Ålder</i>											
4-6 år	17	32	32	10	3	2	1	1	2	100	1438
7-9 år	19	32	30	10	4	1	1	1	2	100	1424
10-12 år	25	29	27	10	4	1	1	1	2	100	1397
Över 13 år	28	27	25	8	4	2	1	2	3	100	1844
<i>Geografisk hemvist¹</i>											
Storstad/pendlingskommun	17	27	31	12	5	2	2	1	3	100	2424
Större stad	24	32	27	9	3	1	1	1	2	100	2325
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	30	32	24	6	3	1	1	1	2	100	1363

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Hur många gånger de senaste sju dagarna har du ätit vegetariskt till lunch eller middag?". Svarsalternativen framgår av tabellen. ¹Baserad på SKL:s grövsta kommungruppsindelning. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 12 Hur många dagar ätit grönsaker senaste veckan, i olika grupper (procent)

	Ingen gång	1 dag	2 dagar	3 dagar	4 dagar	5 dagar	6 dagar	7 dagar	Summa	n
<i>Samtliga</i>	4	4	6	9	9	14	10	44	100	6194
<i>Kön</i>										
Tjej	3	3	5	9	9	14	11	46	100	3019
Kille	4	4	7	9	10	14	10	42	100	3147
<i>Ålder</i>										
4-6 år	3	4	7	10	10	16	10	40	100	1460
7-9 år	3	3	5	7	8	13	9	52	100	1443
10-12 år	4	4	6	9	7	14	10	46	100	1413
Över 13 år	4	4	7	10	11	13	11	40	100	1866
<i>Geografisk hemvist¹</i>										
Storstad/pendlingskommun	4	4	7	9	8	12	10	46	100	2454
Större stad	4	3	7	9	9	14	11	43	100	2360
Mindre stad/tätort och landsbyggnadskommun	2	3	5	9	11	15	10	45	100	1380
<i>Hushållsinkomst²</i>										
Låg	5	7	10	12	9	14	7	36	100	712
Medel	3	4	7	10	9	15	11	41	100	2194
Hög	3	3	5	8	9	12	11	49	100	3177
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>										
Låg	5	9	14	15	7	11	7	32	100	195
Medel	5	5	8	10	11	16	9	36	100	1922
Hög	3	3	5	8	8	13	11	49	100	4053
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>										
Arbetar	3	3	6	9	9	14	11	45	100	5604
Arbetslös	5	5	10	11	9	11	8	41	100	122
Sjuk/ Aktivitetsersättning	11	13	11	12	16	8	27	11	100	105
Studerar	3	3	8	10	8	13	12	43	100	368
Annat	8	5	8	12	10	22	6	29	100	129

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på veckan som gått – alltså de senaste sju dagarna från idag - hur många dagar har du ätit grönsaker, rotfrukter eller baljväxter (bönor, linser)? Tänk på när du ätit lite mer och inte t.ex. bara en gurkskiva på smörgåsen". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 12 **forts. Hur många dagar ätit grönsaker senaste veckan, i olika grupper (procent)**

	Ingen gång	1 dag	2 dagar	3 dagar	4 dagar	5 dagar	6 dagar	7 dagar	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>										
Bor med ensam vuxen	5	5	8	10	9	13	12	38	100	741
Bor med båda vårdnadshavarna	3	4	6	9	9	14	10	45	100	5061
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	6	4	7	12	12	16	9	34	100	373
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>										
Sverige/Annat land i Norden	3	4	6	9	9	14	10	45	100	5523
Annat land i Europa	3	3	6	13	9	10	12	44	100	270
Land utanför Europa	4	7	14	12	8	14	11	30	100	392
<i>Ätit middag tillsammans</i>										
Ingen gång	(15)	(7)	(13)	(15)	(3)	(6)	(10)	(31)	100	68
1-2 dagar	9	6	13	13	11	13	9	26	100	235
3-4 dagar	7	6	8	12	11	16	9	31	100	527
5-6 dagar	3	5	6	9	10	15	12	40	100	1522
7 dagar	3	3	5	8	8	13	10	50	100	3756
<i>Ätit frukost tillsammans</i>										
Ingen gång	8	6	11	9	8	15	10	33	100	281
1-2 dagar	4	5	9	13	10	13	9	37	100	615
3-4 dagar	5	5	9	12	10	17	11	31	100	526
5-6 dagar	4	4	9	11	14	15	11	32	100	705
7 dagar	3	3	5	8	8	13	10	50	100	4058
<i>Går på aktivitet på fritiden</i>										
Ja	3	3	6	8	9	13	11	47	100	4431
Nej	5	5	8	11	11	15	10	35	100	1606
<i>Hur mycket rört sig igår (minuter)</i>										
Inte alls	6	5	8	11	11	17	11	31	100	234
Mellan 0-30 minuter	6	7	8	14	11	13	10	31	100	673
Mellan 31-60 minuter	4	4	7	10	9	15	10	41	100	1297
Mer än 60 minuter	3	3	6	7	9	13	11	48	100	3828
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60 minuter</i>										
Under 7 dagar	4	4	7	10	10	14	11	40	100	4689
7 dagar	2	2	4	6	7	11	9	59	100	1332

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på veckan som gått – alltså de senaste sju dagarna från idag - hur många dagar har du ätit grönsaker, rotfrukter eller baljväxter (bönor, linser)? Tänk på när du ätit lite mer och inte t.ex. bara en gurkskiva på smörgåsen". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 13 Hur mycket grönsaker åt igår, i olika grupper (procent)

	Inga alls	Ca 25g eller mindre	Ca 50g	Ca 75g	Ca 100g	Ca 150g	Ca 200g	Ca 300g	Ca 400g	Ca 500g eller mer	Summa	n
<i>Samtliga</i>	6	11	26	25	14	8	5	3	1	1	100	5951
<i>Kön</i>												
Tjej	5	10	27	25	15	8	5	3	1	1	100	2926
Kille	7	12	26	24	13	8	5	3	1	1	100	2997
<i>Ålder</i>												
4-6 år	6	14	28	24	15	7	4	2	0	0	100	1410
7-9 år	6	11	26	27	13	8	5	2	1	1	100	1396
10-12 år	6	10	27	25	14	9	5	2	1	1	100	1344
Över 13 år	6	11	25	23	14	9	6	4	1	1	100	1790
<i>Geografisk hemvist¹</i>												
Storstad/ pendlingskommun	5	10	24	26	15	9	6	3	1	1	100	2352
Större stad	7	11	28	23	13	8	5	3	1	1	100	2256
Mindre stad/ tätort och landsbygds- kommun	6	12	29	25	13	7	4	3	1	0	100	1343
<i>Hushållsinkomst²</i>												
Låg	6	11	24	27	12	8	6	4	1	1	100	671
Medel	7	12	29	23	14	6	5	2	1	1	100	2109
Hög	5	10	26	26	14	9	5	3	1	1	100	3064
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>												
Låg	9	7	18	28	14	10	5	6	2	1	100	185
Medel	7	13	28	24	13	6	5	2	1	1	100	1814
Hög	5	10	26	25	15	9	5	3	1	1	100	3930
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>												
Arbetar	6	11	26	25	14	8	5	3	1	1	100	5388
Arbetslös	6	12	25	19	13	10	9	5	0	1	100	116
Sjuk/ Aktivitetstersättning	5	8	26	28	14	8	5	4	1	1	100	103
Studerar	6	8	26	21	16	10	8	3	1	1	100	356
Annat	8	6	22	25	10	13	7	8	1	0	100	119
<i>Sammansättning hushållet</i>												
Bor med ensam vuxen	6	13	25	26	12	7	5	3	2	1	100	698
Bor med båda vårdnadshavarna	6	11	26	25	14	8	5	3	1	1	100	4884
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	10	13	26	19	16	8	3	3	0	2	100	350

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på igår, ungefär hur mycket grönsaker, rotfrukter och baljväxter (bönor, linser) åt du igår? Ta hjälp av bilderna för att beskriva hur mycket. Det är inte innehållet i bilden, utan mängden som är viktig. Tänk på att tillagade grönsaker som kan finnas i mat också räknas." Svartalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 13 **forts. Hur mycket grönsaker åt igår, i olika grupper (procent)**

	Inga alls	Ca 25g eller mindre	Ca 50g	Ca 75g	Ca 100g	Ca 150g	Ca 200g	Ca 300g	Ca 400g	Ca 500g eller mer	Summa	n
<i>Uppväxtort</i>												
<i>vårdnadshavare⁵</i>												
Sverige/Annat land i Norden	6	11	27	25	14	8	5	2	1	1	100	5314
Annat land i Europa	5	9	25	25	14	9	6	5	1	1	100	258
Land utanför Europa	6	8	21	25	12	11	8	6	2	1	100	371
<i>Ätit middag tillsammans</i>												
Ingen gång	(16)	(9)	(21)	(25)	(9)	(5)	(7)	(4)	(2)	(2)	100	56
1-2 dagar	10	15	32	19	10	8	3	2	1	0	100	213
3-4 dagar	7	13	28	25	13	7	4	2	1	0	100	485
5-6 dagar	6	11	26	24	14	9	5	3	1	1	100	1472
7 dagar	5	10	26	26	15	8	5	3	1	1	100	3643
<i>Hur många dagar ätit grönsaker</i>												
1 dag	28	27	28	11	3	2	1	0	0	0	100	228
2 dagar	19	24	31	15	4	2	2	1	1	1	100	391
3 dagar	13	22	29	18	10	5	1	1	1	0	100	555
4 dagar	7	17	37	23	8	4	2	1	1	0	100	568
5 dagar	5	13	36	27	9	7	2	1	0	0	100	844
6 dagar	5	8	26	30	16	7	5	3	0	0	100	642
7 dagar	1	5	20	27	19	12	8	5	2	1	100	2720
<i>Går på aktivitet på fritiden</i>												
Ja	5	10	26	25	15	9	5	3	1	1	100	4299
Nej	8	13	27	23	12	7	5	3	1	1	100	1516
<i>Hur mycket rört sig igår (minuter)</i>												
Inte alls	11	17	24	21	14	6	3	3	0	1	100	219
Mellan 0-30 minuter	11	12	29	21	12	7	5	2	1	0	100	627
Mellan 31-60 minuter	8	10	29	25	13	6	5	2	1	1	100	1239
Mer än 60 minuter	4	11	25	25	15	10	5	3	1	1	100	3726
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60 minuter</i>												
Under 7 dagar	7	12	26	24	13	8	5	3	1	1	100	4498
7 dagar	4	9	23	26	16	11	5	4	1	1	100	1304

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på igår, ungefär hur mycket grönsaker, rotfrukter och baljväxter (bönor, linser) åt du igår? Ta hjälp av bilderna för att beskriva hur mycket. Det är inte innehållet i bilden, utan mängden som är viktig. Tänk på att tillagade grönsaker som kan finnas i mat också räknas." Svartalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 14 Hur många dagar ätit frukt och bär, i olika grupper (procent)

	Ingen gång	1 dag	2 dagar	3 dagar	4 dagar	5 dagar	6 dagar	7 dagar	Summa	n
<i>Samtliga</i>	5	5	8	10	11	13	9	39	100	6167
<i>Kön</i>										
Tjej	4	5	7	10	10	13	10	41	100	3006
Kille	6	6	8	10	11	13	8	38	100	3133
<i>Ålder</i>										
4-6 år	1	1	2	4	6	13	12	61	100	1453
7-9 år	2	3	5	7	9	14	11	49	100	1434
10-12 år	5	5	9	12	13	14	8	34	100	1406
Över 13 år	9	11	12	16	13	13	7	19	100	1862
<i>Geografisk hemvist¹</i>										
Storstad/pendlingskommun	5	5	7	9	10	14	9	41	100	2444
Större stad	4	6	8	10	10	14	10	38	100	2349
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	5	5	8	11	11	12	8	40	100	1374
<i>Hushållsinkomst²</i>										
Låg	5	4	10	11	12	13	10	35	100	706
Medel	5	6	7	10	10	14	9	39	100	2186
Hög	4	5	7	9	10	13	9	43	100	3164
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>										
Låg	3	6	13	17	13	13	5	30	100	195
Medel	7	7	9	11	12	14	8	32	100	1910
Hög	4	5	7	9	10	13	10	42	100	4038
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>										
Arbetar	5	6	7	10	10	14	9	39	100	5579
Arbetslös	7	6	8	7	15	13	9	35	100	122
Sjuk/Aktivitetsersättning	6	7	10	6	19	17	8	27	100	103
Studerar	3	3	8	9	10	12	11	44	100	367
Annat	5	6	8	17	12	12	9	31	100	129

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på veckan som gått – alltså de senaste sju dagarna från idag – hur många dagar har du ätit frukt eller bär? Tänk på att tillagade och mosade frukter och bär i t.ex. smoothies också räknas". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 14 **forts. Hur många dagar ätit frukt och bär, i olika grupper (procent)**

	Ingen gång	1 dag	2 dagar	3 dagar	4 dagar	5 dagar	6 dagar	7 dagar	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>										
Bor med ensam vuxen	7	7	9	13	13	14	7	30	100	736
Bor med båda vårdnadshavarna	4	5	7	9	10	13	10	42	100	5040
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	9	7	9	13	12	12	7	31	100	370
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>										
Sverige/Annat land i Norden	5	5	7	10	10	14	9	40	100	5502
Annat land i Europa	3	4	6	11	7	14	12	43	100	269
Land utanför Europa	4	6	9	13	14	12	10	32	100	386
<i>Ätit middag tillsammans</i>										
Ingen gång	(9)	(16)	(22)	(15)	(8)	(11)	(5)	(14)	100	66
1-2 dagar	10	9	12	20	14	12	6	17	100	233
3-4 dagar	8	9	13	13	12	13	8	24	100	521
5-6 dagar	5	5	8	11	11	15	10	35	100	1517
7 dagar	4	5	6	8	10	13	10	44	100	3746
<i>Går på aktivitet på fritiden</i>										
Ja	4	5	7	10	10	13	10	41	100	4432
Nej	7	8	10	11	11	13	8	32	100	1605
<i>Hur mycket rört sig igår (minuter)</i>										
Inte alls	9	12	11	15	14	12	4	23	100	233
Mellan 0-30 minuter	9	10	11	12	11	13	8	26	100	673
Mellan 31-60 minuter	5	5	9	11	11	16	10	33	100	1297
Mer än 60 minuter	3	4	6	9	10	13	10	45	100	3828
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60 minuter</i>										
Under 7 dagar	5	6	9	11	11	14	9	35	100	4689
7 dagar	2	3	4	6	9	10	10	56	100	1333

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på veckan som gått – alltså de senaste sju dagarna från idag – hur många dagar har du ätit frukt eller bär? Tänk på att tillagade och mosade frukter och bär i t.ex. smoothies också räknas". Svartalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 15 Hur mycket frukt åt igår, i olika grupper (procent)

	Ingen frukt	En klyfta eller mindre	En halv frukt	En frukt	En och en halv frukt	Två frukter	Tre frukter	Fyra frukter eller mer	Summa	n
<i>Samtliga</i>	14	2	8	32	12	19	9	4	100	5869
<i>Kön</i>										
Tjej	14	2	9	30	13	19	9	4	100	2886
Kille	14	3	8	33	11	18	9	4	100	2956
<i>Ålder</i>										
4-6 år	5	2	13	30	17	20	10	3	100	1430
7-9 år	11	2	7	30	14	22	9	5	100	1405
10-12 år	17	3	6	33	9	18	9	5	100	1331
Över 13 år	21	3	8	32	9	15	8	4	100	1691
<i>Geografisk hemvist¹</i>										
Storstad/pendlingskommun	13	2	8	30	13	20	10	4	100	2327
Större stad	14	3	8	32	13	18	8	4	100	2242
Mindre stad/tätort och landsbygds kommun	14	3	9	32	11	18	9	4	100	1300
<i>Hushållsinkomst²</i>										
Låg	11	4	9	33	9	18	11	5	100	667
Medel	14	2	9	33	12	19	8	3	100	2064
Hög	14	2	8	31	13	18	9	5	100	3034
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>										
Låg	12	3	9	38	6	18	8	6	100	187
Medel	15	2	8	36	11	18	7	3	100	1771
Hög	13	2	8	30	13	20	10	4	100	3888
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>										
Arbetar	14	2	8	31	13	19	9	4	100	5314
Arbetslös	13	2	10	33	15	13	10	4	100	114
Sjuk/ Aktivitetsersättning	(12)	(5)	(8)	(33)	(8)	(16)	(13)	(5)	100	99
Studerar	10	2	9	36	10	20	8	5	100	354
Annat	10	2	9	31	12	18	10	8	100	119

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på igår, ungefär hur mycket frukt åt du igår? Ta hjälp av bilderna för att beskriva hur mycket. Det är inte innehållet i bilden utan mängden som är viktig. Tänk på att tillagade och mosade frukter i t.ex. smoothies också räknas". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 15 **forts. Hur mycket frukt åt igår, i olika grupper (procent)**

	Ingen frukt	En klyfta eller mindre	En halv frukt	En frukt	En och en halv frukt	Två frukter	Tre frukter	Fyra frukter eller mer	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>										
Bor med ensam vuxen	17	2	9	29	12	18	9	4	100	678
Bor med båda vårdnadshavarna	13	3	8	32	12	19	9	4	100	4836
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	17	1	8	34	12	18	7	3	100	336
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>										
Sverige/Annat land i Norden	14	2	9	32	12	18	9	4	100	5232
Annat land i Europa	10	4	6	23	17	21	14	5	100	258
Land utanför Europa	12	2	8	35	8	20	11	4	100	370
<i>Ätit middag tillsammans</i>										
Ingen gång	(30)	(0)	(8)	(28)	(10)	(17)	(2)	(5)	100	60
1-2 dagar	19	4	12	32	11	13	6	3	100	207
3-4 dagar	17	4	11	31	9	15	9	4	100	480
5-6 dagar	16	3	8	29	12	19	9	4	100	1444
7 dagar	12	2	8	33	13	19	9	4	100	3600
<i>Hur många dagar ätit frukt och bär</i>										
1 dag	62	6	11	16	0	3	1	1	100	334
2 dagar	42	6	9	31	4	6	2	0	100	464
3 dagar	24	5	15	39	6	8	2	1	100	617
4 dagar	15	2	12	42	11	12	4	2	100	645
5 dagar	13	3	11	42	12	12	6	1	100	827
6 dagar	7	2	9	36	17	18	8	3	100	579
7 dagar	1	1	4	24	16	30	16	8	100	2397
<i>Går på aktivitet på fritiden</i>										
Ja	13	2	8	31	12	20	9	5	100	4266
Nej	16	3	10	32	12	15	9	3	100	1490
<i>Hur mycket rört sig igår (minuter)</i>										
Inte alls	29	4	8	30	7	10	9	3	100	211
Mellan 0-30 minuter	20	3	12	34	8	14	7	2	100	608
Mellan 31-60 minuter	15	3	10	31	14	16	8	3	100	1231
Mer än 60 minuter	11	2	7	31	13	21	10	5	100	3701
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60 minuter</i>										
Under 7 dagar	15	3	8	32	12	18	9	3	100	4442
7 dagar	8	1	9	28	14	22	11	7	100	1299

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på igår, ungefär hur mycket frukt åt du igår? Ta hjälp av bilderna för att beskriva hur mycket. Det är inte innehållet i bilden utan mängden som är viktig. Tänk på att tillagade och mosade frukter i t.ex. smoothies också räknas." Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 16 Hur mycket bär åt igår, i olika grupper (procent)

	Inga alls	Ca 20 g	Ca 70 g	Ca 120g eller mer	Summa	n
<i>Samtliga</i>	66	14	16	4	100	5837
<i>Kön</i>						
Tjej	65	14	16	5	100	2873
Kille	67	14	15	4	100	2938
<i>Ålder</i>						
4-6 år	65	15	17	3	100	1420
7-9 år	67	13	15	5	100	1394
10-12 år	67	14	14	5	100	1329
Över 13 år	66	13	16	5	100	1682
<i>Geografisk hemvist¹</i>						
Storstad/ pendlingskommun	62	15	18	5	100	2314
Större stad	68	13	15	4	100	2229
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	68	14	14	4	100	1294
<i>Hushållsinkomst²</i>						
Låg	64	13	18	5	100	663
Medel	69	13	14	4	100	2054
Hög	65	14	16	5	100	3022
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>						
Låg	58	15	21	6	100	183
Medel	68	12	16	4	100	1760
Hög	66	14	15	5	100	3874
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>						
Arbetar	67	14	15	4	100	5290
Arbetslös	62	21	13	4	100	112
Sjuk/ Aktivitetssättning	(57)	(13)	(24)	(6)	100	97
Studerar	66	10	19	5	100	351
Annat	59	13	16	12	100	119

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på igår, ungefär hur mycket bär åt du igår? Ta hjälp av bilderna för att beskriva hur mycket. Det är inte innehållet i bilden utan mängden som är viktig. Tänk på att tillagade och mosade bär i t.ex. smoothies också räknas." Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 16 **forts. Hur mycket bär åt igår, i olika grupper (procent)**

	Inga alls	Ca 20g	Ca 70 g	Ca 120g eller mer	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>						
Bor med ensam vuxen	66	14	15	5	100	676
Bor med båda vårdnadshavarna	66	14	16	4	100	4809
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	70	9	14	7	100	334
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>						
Sverige/Annat land i Norden	66	14	16	4	100	5207
Annat land i Europa	64	15	14	7	100	256
Land utanför Europa	63	15	19	3	100	366

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på igår, ungefär hur mycket bär åt du igår? Ta hjälp av bilderna för att beskriva hur mycket. Det är inte innehållet i bilden utan mängden som är viktig. Tänk på att tillagade och mosade bär i t.ex. smoothies också räknas." Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 17 Sammantaget, hur mycket grönt, frukt och bär åt igår, i olika grupper (procent)

	Inget alls	Under 100 g	101- 200g	201- 300g	301- 400g	401- 500g	501- 600g	601- 700g	701- 800g	801- 900g	901g eller mer	Summa	n
<i>Samtliga</i>	2	12	27	24	16	9	6	3	1	0	0	100	5654
<i>Kön</i>													
Tjej	2	12	26	24	16	9	7	3	1	0	0	100	2808
Kille	2	12	28	23	16	9	6	3	1	0	0	100	2820
<i>Ålder</i>													
4-6 år	1	8	28	28	16	10	6	2	1	0	0	100	1376
7-9 år	2	9	26	26	18	9	6	3	1	0	0	100	1359
10-12 år	2	14	28	21	15	8	7	4	1	0	0	100	1283
Över 13 år	2	18	25	21	15	8	6	3	1	1	0	100	1625
<i>Geografisk hemvist</i>													
Storstad/ pendlingskommun	1	12	25	24	17	10	7	3	1	0	0	100	2240
Större stad	2	12	28	25	15	8	6	3	1	0	0	100	2146
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	2	12	29	24	15	9	6	2	1	0	0	100	1268
<i>Hushållsinkomst</i>													
Låg	2	11	27	22	15	10	7	4	1	0	1	100	633
Medel	2	12	29	25	15	8	6	2	1	0	0	100	1988
Hög	1	13	26	23	17	9	7	3	1	0	0	100	2937
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare</i>													
Låg	3	9	25	21	16	9	10	5	1	0	1	100	175
Medel	2	14	29	25	14	8	5	2	1	0	0	100	1680
Hög	2	11	26	24	17	9	7	3	1	0	0	100	3779
<i>Sysselsättning vårdnadshavare</i>													
Arbetar	2	12	27	24	16	9	6	3	1	0	0	100	5126
Arbetslös	4	10	27	26	13	6	8	3	2	0	1	100	107
Sjuk/ Aktivitetsersättning	(3)	(10)	(21)	(29)	(15)	(10)	(5)	(6)	(0)	(0)	(1)	100	96
Studerar	1	8	30	23	17	10	6	4	1	0	0	100	345
Annat	1	11	21	26	11	11	9	5	4	1	0	100	111

Kommentar: Tabellen baseras på frågor till barnet som deltar i undersökningen. För frågornas lydelse se tabell 13, 15 och 16. En hel frukt beräknas väga 120 gram. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 17 **forts. Sammantaget, hur mycket grönt, frukt och bär åt igår, i olika grupper (procent)**

	Inget alls	Under 100 g	101- 200g	201- 300g	301- 400g	401- 500g	501- 600g	601- 700g	701- 800g	801- 900g	901g eller mer	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>													
Bor med ensam vuxen	2	14	26	23	16	8	6	3	1	1	0	100	649
Bor med båda vårdnadshavarna	2	12	27	24	16	9	6	3	1	0	0	100	4671
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	3	15	25	27	14	7	5	3	0	1	0	100	316
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>													
Sverige/Annat land i Norden	2	12	27	24	16	9	6	3	1	0	0	100	5047
Annat land i Europa	2	11	19	27	13	11	10	5	2	0	0	100	249
Land utanför Europa	1	10	24	20	18	11	10	4	1	1	0	100	350
<i>Ätit middag tillsammans</i>													
Ingen gång	(4)	(19)	(25)	(20)	(12)	(6)	(6)	(6)	(0)	(2)	(0)	100	51
1-2 dagar	3	17	36	19	12	6	4	2	0	0	1	100	194
3-4 dagar	1	18	30	20	11	10	7	2	1	0	0	100	450
5-6 dagar	2	15	25	22	17	9	7	2	1	0	0	100	1397
7 dagar	2	10	27	26	16	9	6	3	1	0	0	100	3490
<i>Går på aktivitet på fritiden</i>													
Ja	2	11	27	24	17	9	6	3	1	0	0	100	4141
Nej	2	16	29	23	13	8	7	2	0	0	0	100	1407
<i>Hur mycket rört sig igår (minuter)</i>													
Inte alls	4	28	22	21	8	6	5	4	1	0	1	100	196
Mellan 0-30 minuter	3	17	34	20	13	6	5	1	1	0	0	100	571
Mellan 31-60 minuter	3	14	28	24	14	9	5	2	1	0	0	100	1176
Mer än 60 minuter	1	10	25	25	18	10	7	3	1	0	0	100	3601
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60 minuter</i>													
Under 7 dagar	2	13	28	24	15	9	6	2	1	0	0	100	4272
7 dagar	1	8	23	24	18	10	8	5	2	0	1	100	1267

Kommentar: Tabellen baseras på frågor till barnet som deltar i undersökningen. För frågornas lydelse se tabell 13, 15 och 16. En hel frukt beräknas väga 120 gram. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 18 Sammantaget hur mycket grönt, frukt och bär åt igår, uppdelat på kön och ålder (procent)

	Inget alls	Under 100 g	101- 200g	201- 300g	301- 400g	401- 500g	501- 600g	601- 700g	701- 800g	801- 900g	901g eller mer	Summa	n
<i>Samtliga</i>	2	12	27	24	16	9	6	3	1	0	0	100	5654
<i>Tjej</i>													
4-6 år	2	7	29	30	15	9	6	1	1	0	0	100	681
7-9 år	2	10	23	27	20	9	6	3	0	0	0	100	660
10-12 år	2	13	27	23	14	8	8	4	1	0	0	100	604
Över 13	1	18	25	20	14	9	7	3	1	1	1	100	858
<i>Kille</i>													
4-6 år	1	8	28	27	16	10	7	2	1	0	0	100	690
7-9 år	2	9	27	24	16	10	6	4	2	0	0	100	693
10-12 år	3	14	28	19	17	9	6	3	1	0	0	100	673
Över 13	2	17	26	22	15	8	4	2	2	1	1	100	759

Kommentar: Tabellen baseras på frågor till barnet som deltar i undersökningen. För frågornas lydelse se tabell 13, 15 och 16. En hel frukt beräknas väga 120 gram. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 19 Medelvärde mängd frukt och grönt åt igår, i olika grupper (gram)

	Gram	n
<i>Samtliga</i>	272	5654
<i>Kön</i>		
Tjej	271	2808
Kille	271	2820
<i>Ålder</i>		
4-6 år	271	1376
7-9 år	282	1359
10-12 år	270	1283
Över 13 år	264	1625
<i>Geografisk hemvist¹</i>		
Storstad/pendlingskommun	283	2240
Större stad	265	2146
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	261	1268
<i>Hushållsinkomst²</i>		
Låg	288	633
Medel	258	1988
Hög	277	2937
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>		
Låg	292	175
Medel	252	1680
Hög	280	3779
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>		
Arbetar	270	5126
Arbetslös	276	107
Sjuk/Aktivitetsersättning	(238)	96
Studerar	291	345
Annat	283	111

Kommentar: Tabellen baseras på frågor till barnet som deltar i undersökningen. För frågornas lydelse se tabell 13, 15 och 16. En hel frukt beräknas väga 120 gram. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 19 forts. Medelvärde mängd frukt och grönt åt igår, i olika grupper (gram)

	Gram	n
<i>Sammansättning hushållet</i>		
Bor med ensam vuxen	268	649
Bor med båda vårdnadshavarna	273	4671
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	254	316
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>		
Sverige/Annat land i Norden	267	5047
Annat land i Europa	311	249
Land utanför Europa	303	350
<i>Ätit middag tillsammans</i>		
Ingen gång	(254)	51
1-2 dagar	224	194
3-4 dagar	252	450
5-6 dagar	268	1397
7 dagar	277	3490
<i>Går på aktivitet på fritiden</i>		
Ja	279	4141
Nej	251	1407
<i>Hur mycket rört sig igår (minuter)</i>		
Inte alls	220	196
Mellan 0-30 minuter	226	571
Mellan 31-60 minuter	247	1176
Mer än 60 minuter	290	3601
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60 minuter</i>		
Under 7 dagar	260	4272
7 dagar	311	1267

Kommentar: Tabellen baseras på frågor till barnet som deltar i undersökningen. För frågornas lydelse se tabell 13, 15 och 16. En hel frukt beräknas väga 120gram. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer.¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 20 Andel som ätit rekommenderad mängd frukt och grönt igår, i olika grupper (procent)

	Inte ätit rekommenderad mängd frukt och grönt igår	Ätit rekommenderad mängd frukt och grönt igår	Summa	n
<i>Samtliga</i>	84	16	100	5643
<i>Kön</i>				
Tjej	84	16	100	2803
Kille	84	16	100	2815
<i>Ålder</i>				
4-6 år	81	19	100	1376
7-9 år	80	20	100	1359
10-12 år	84	16	100	1283
Över 13 år	89	11	100	1625
<i>Geografisk hemvist¹</i>				
Storstad/pendlingskommun	82	18	100	2237
Större stad	85	15	100	2140
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	85	15	100	1266
<i>Hushållsinkomst²</i>				
Låg	80	20	100	626
Medel	86	14	100	1987
Hög	83	17	100	2937
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>				
Låg	81	19	100	170
Medel	87	13	100	1675
Hög	82	18	100	3779
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>				
Arbetar	84	16	100	5123
Arbetslös	83	17	100	106
Sjuk/Aktivitetsersättning	(80)	(20)	100	94
Studerar	81	19	100	342
Annat	78	22	100	109

Kommentar: Tabellen baseras på frågor till barnet som deltar i undersökningen. För frågornas lydelse se tabell 13, 15 och 16. En hel frukt beräknas väga 120 gram. Rekommenderad mängd frukt är 500g för barn 10 år eller äldre och 400 g för barn som är yngre än 10 år. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 20 **forts. Andel som ätit rekommenderad mängd frukt och grönt igår, i olika grupper (procent)**

	Inte ätit rekommenderad mängd frukt och grönt igår	Ätit rekommenderad mängd frukt och grönt igår	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>				
Bor med ensam vuxen	85	15	100	648
Bor med båda vårdnadshavarna	83	17	100	4663
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	88	12	100	316
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>				
Sverige/Annat land i Norden	85	15	100	5039
Annat land i Europa	78	22	100	249
Land utanför Europa	77	23	100	348
<i>Ätit middag tillsammans</i>				
Ingen gång	(86)	(14)	100	51
1-2 dagar	93	7	100	194
3-4 dagar	86	14	100	450
5-6 dagar	84	16	100	1393
7 dagar	83	17	100	3484
<i>Ätit frukost tillsammans</i>				
Ingen gång	86	14	100	224
1-2 dagar	90	10	100	539
3-4 dagar	84	16	100	466
5-6 dagar	88	12	100	636
7 dagar	82	18	100	3769
<i>Går på aktivitet på fritiden</i>				
Ja	83	17	100	4134
Nej	86	14	100	1403
<i>Hur mycket rört sig igår (minuter)</i>				
Inte alls	89	11		193
Mellan 0-30 minuter	90	10	100	568
Mellan 31-60 minuter	87	13	100	1174
Mer än 60 minuter	81	19	100	3598
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60 minuter</i>				
Under 7 dagar	86	14	100	4262
7 dagar	76	24	100	1266

Kommentar: Tabellen baseras på frågor till barnet som deltar i undersökningen. För frågornas lydelse se tabell 13, 15 och 16. En hel frukt beräknas väga 120gram. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer.¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 21 Andel som ätit rekommenderad mängd frukt och grönt igår, uppdelat på kön och ålder (procent)

	Inte ätit rekommenderad mängd frukt och grönt igår	Ätit rekommenderad mängd frukt och grönt igår	Summa	n
<i>Samtliga</i>	84	16	100	5643
<i>Tjej</i>				
4-6 år	83	17	100	681
7-9 år	81	19	100	660
10-12 år	82	18	100	604
Över 13	88	12	100	858
<i>Kille</i>				
4-6 år	80	20	100	690
7-9 år	79	21	100	693
10-12 år	86	14	100	673
Över 13	90	10	100	759

Kommentar: Tabellen baseras på frågor till barnet som deltar i undersökningen. För frågornas lydelse se tabell 13, 15 och 16. En hel frukt beräknas väga 120gram. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 22 Andel som ätit rekommenderad mängd frukt och grönt igår samt ätit fisk mer än 2-3ggr per vecka, uppdelat på de som når rekommenderad mängd fysisk aktivitet (procent)

	De som ätit rekommenderad mängd grönsaker igår samt ätit fisk 2-3 ggr (eller mer) senaste veckan	De som ätit rekommenderad mängd grönsaker igår eller ätit fisk 2-3 ggr (eller mer) senaste veckan	De som <i>varken</i> ätit rekommenderad mängd grönsaker igår eller ätit fisk 2-3 ggr (eller mer) senaste veckan	Summa	n
<i>Samtliga</i>	9	51	40	100	5834
<i>Fysisk aktivitet</i>					
Fysiskt aktiv i minst 60 min/dag varje dag senaste 7 dagarna	8	53	42	100	4401
Inte aktiv i 60 min/dag varje dag de senaste 7 dagarna	16	50	31	100	1292

Kommentar: För frågornas lydelse se tabell 7, 13, 15 och 16. En hel frukt beräknas väga 120gram. Rekommenderad mängd frukt är 500g för barn 10 år eller äldre och 400g för barn som är yngre än 10 år. Frågan gällande fysisk aktivitet lyder "Tänk på veckan som gått – alltså de senaste sju dagarna från idag – hur många dagar har du varit fysiskt aktiv i sammanlagt 60 minuter eller mer?". Svarsalternativen är ingen dag, 1 dag, 2 dagar, 3 dagar, 4 dagar, 5 dagar, 6 dagar och 7 dagar. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 23 Vilka drycker har druckit senaste veckan, i olika grupper (genomsnitt och procent)

	Antal drycker i genomsnitt	Läsk	Saft	Energidryck	Protein- dryck	Sportdryck	Juice	Inget	n
<i>Samtliga</i>	1,5	50	36	6	4	2	49	17	6156
<i>Kön</i>									
Tjej	1,4	47	36	6	3	1	49	19	3000
Kille	1,5	53	36	6	5	3	49	16	3128
<i>Ålder</i>									
4-6 år	1,2	29	42	0	1	0	46	22	1451
7-9 år	1,4	47	38	0	1	0	48	17	1432
10-12 år	1,5	59	35	1	4	3	50	16	1406
Över 13 år	1,8	61	30	19	8	5	52	15	1855
<i>Geografisk hemvist¹</i>									
Storstad/ pendlingskommun	1,4	47	34	6	4	2	52	19	2440
Större stad	1,5	51	37	7	4	2	48	17	2346
Mindre stad/tätort och landsbygds- kommun	1,5	53	38	6	4	2	47	16	1370
<i>Hushållsinkomst²</i>									
Låg	1,4	41	31	6	3	3	52	21	703
Medel	1,4	50	37	6	3	2	45	18	2181
Hög	1,5	52	36	6	4	3	51	16	3161
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>									
Låg	1,5	48	30	8	6	6	55	18	194
Medel	1,5	53	35	8	3	2	48	17	1906
Hög	1,5	49	37	5	4	2	50	18	4032
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>									
Arbetar	1,5	51	36	6	4	2	49	17	5570
Arbetslös	1,4	42	34	5	4	1	57	17	121
Sjuk/ Aktivitetsersättning	1,5	43	35	9	5	6	51	21	105
Studerar	1,4	44	32	5	2	2	49	20	365
Annat	1,4	41	34	11	4	2	50	20	127

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på de senaste sju dagarna, vad av följande har du druckit någon gång under veckan?". Tabellen redovisar procentandelen för varje undergrupp som druckit respektive dryck. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 23 forts. Vilka drycker har druckit senaste veckan, i olika grupper (genomsnitt och procent)

	Antal drycker i genomsnitt	Läsk	Saft	Energidryck	Protein- dryck	Sportdryck	Juice	Inget	n
<i>Sammansättning hushållet</i>									
Bor med ensam vuxen	1,6	54	33	10	5	3	50	17	731
Bor med båda vårdnadshavarna	1,4	48	36	5	4	2	49	18	5034
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	1,7	62	40	12	5	4	44	13	370
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>									
Sverige/Annat land i Norden	1,5	52	37	6	4	2	49	16	5491
Annat land i Europa	1,2	34	29	6	3	3	46	28	269
Land utanför Europa	1,2	33	24	5	4	3	53	27	386

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på de senaste sju dagarna, vad av följande har du druckit någon gång under veckan?". Tabellen redovisar procentandelen för varje undergrupp som druckit respektive dryck. ¹²³⁴⁵För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 24 Hur många dagar druckit läsk senaste veckan, i olika grupper (procent)

	1 dag	2 dagar	3 dagar	4 dagar	5 dagar	6 dagar	7 dagar	Summa	n
<i>Samtliga</i>	36	38	15	6	3	1	1	100	3060
<i>Kön</i>									
Tjej	40	36	14	6	2	1	1	100	1405
Kille	34	40	15	6	3	1	1	100	1645
<i>Ålder</i>									
4-6 år	54	37	7	2	0	0	0	100	424
7-9 år	46	41	10	3	0	0	0	100	675
10-12 år	35	42	16	4	2	0	1	100	822
Över 13 år	26	33	19	11	6	2	3	100	1137
<i>Geografisk hemvist¹</i>									
Storstad/ pendlingskommun	38	37	14	7	2	1	1	100	1135
Större stad	34	38	14	7	4	1	2	100	1200
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	38	38	16	4	2	1	1	100	725
<i>Hushållsinkomst²</i>									
Låg	36	38	14	6	3	1	2	100	286
Medel	35	38	15	7	3	1	1	100	1078
Hög	37	39	14	5	3	1	1	100	1646
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>									
Låg	(28)	(31)	(25)	(5)	(5)	(1)	(5)	100	93
Medel	28	42	16	8	3	1	2	100	998
Hög	41	37	13	5	2	1	1	100	1956
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>									
Arbetar	36	39	14	6	3	1	1	100	2811
Arbetslös	(40)	(20)	(18)	(10)	(2)	(2)	(8)	100	51
Sjuk/ Aktivitetssersättning	(33)	(29)	(22)	(7)	(9)	(0)	(0)	100	45
Studerar	40	36	14	6	1	1	2	100	162
Annat	(36)	(37)	(13)	(8)	(6)	(0)	(0)	100	52

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som svarat att de druckit läsk någon dag under veckan som gått och lyder "Tänk på veckan som gått – alltså de senaste sju dagarna från idag – hur många dagar har du druckit läsk?". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer.¹²³⁴⁵
För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 24 **forts. Hur många dagar druckit läsk senaste veckan, i olika grupper (procent)**

	1 dag	2 dagar	3 dagar	4 dagar	5 dagar	6 dagar	7 dagar	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>									
Bor med ensam vuxen	31	36	16	9	4	1	3	100	391
Bor med båda vårdnadshavarna	39	38	14	5	2	1	1	100	2433
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	26	42	16	8	4	1	3	100	231
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>									
Sverige/Annat land i Norden	37	38	14	6	3	1	1	100	2836
Annat land i Europa	(30)	(36)	(20)	(10)	(0)	(0)	(4)	100	91
Land utanför Europa	40	28	18	7	3	2	2	100	129

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som svarat att de druckit läsk någon dag under veckan som gått och lyder "Tänk på veckan som gått – alltså de senaste sju dagarna från idag – hur många dagar har du druckit läsk?". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵
För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 25 Hur mycket läsk druckit senaste veckan, i olika grupper (procent)

	1 glas	Ca 1 burk	Ca 2 burkar	Ca 3 burkar	Ca 4 burkar	Ca 5 burkar	Ca 6 burkar	Ca 7 burkar	Ca 8 burkar	Summa	n
<i>Samtliga</i>	16	28	29	15	6	3	1	1	1	100	3029
<i>Kön</i>											
Tjej	20	30	28	13	5	2	1	1	0	100	1389
Kille	12	26	29	17	7	4	2	1	2	100	1631
<i>Ålder</i>											
4-6 år	42	35	18	4	1	0	0	0	0	100	408
7-9 år	21	35	31	10	2	1	0	0	0	100	669
10-12 år	11	30	35	16	5	2	1	0	0	100	820
Över 13 år	7	21	27	22	11	5	3	2	2	100	1130
<i>Geografisk hemvist¹</i>											
Storstad/ pendlingskommun	16	29	27	17	6	2	1	1	1	100	1125
Större stad	16	26	30	14	7	3	2	1	1	100	1184
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	14	30	30	14	6	3	1	1	1	100	720
<i>Hushållsinkomst²</i>											
Låg	23	30	25	13	5	2	1	0	1	100	284
Medel	14	26	31	16	7	3	1	1	1	100	1067
Hög	15	29	28	15	6	3	2	1	1	100	1628
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>											
Låg	(19)	(18)	(34)	(14)	(10)	(2)	(0)	(2)	1	100	91
Medel	12	24	31	18	7	3	2	1	2	100	991
Hög	17	31	27	14	5	3	1	1	1	100	1934
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>											
Arbetar	15	28	29	15	6	3	2	1	1	100	2781
Arbetslös	(16)	(34)	(8)	(22)	(10)	(2)	(2)	(2)	(4)	100	50
Sjuk/ Aktivitetsersättning	(18)	(27)	(27)	(9)	(11)	(2)	(2)	(0)	(4)	100	45
Studerar	25	28	22	16	5	1	1	1	1	100	161
Annat	(13)	(40)	(27)	(6)	(6)	(4)	(0)	(0)	(4)	100	52

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som svarat att de druckit läsk någon dag under veckan som gått och lyder "Ungefär hur mycket läsk har du druckit sammanlagt de senaste 7 dagarna?". Svartalalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 25 **forts. Hur mycket läsk druckit senaste veckan, i olika grupper (procent)**

	1 glas	Ca 1 burk	Ca 2 burkar	Ca 3 burkar	Ca 4 burkar	Ca 5 burkar	Ca 6 burkar	Ca 7 burkar	Ca 8 burkar	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>											
Bor med ensam vuxen	13	22	29	19	8	3	2	2	2	100	387
Bor med båda vårdnadshavarna	16	30	29	15	6	2	1	0	1	100	2406
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	11	26	28	16	10	3	2	2	2	100	231
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>											
Sverige/Annat land i Norden	15	28	30	15	6	3	1	1	1	100	2809
Annat land i Europa	(17)	(27)	(25)	(23)	(7)	(1)	(0)	(0)	(0)	100	90
Land utanför Europa	24	32	19	12	6	3	2	1	1	100	126
<i>Hur många dagar druckit läsk</i>											
1 dag	35	52	11	2	0	0	0	0	0	100	1101
2 dagar	5	21	52	17	4	1	0	0	0	100	1160
3 dagar	2	5	28	41	15	5	2	1	1	100	443
4 dagar	4	2	13	30	26	13	8	2	2	100	182
5 dagar	(6)	(8)	(6)	(11)	(23)	(18)	(15)	(8)	(5)	100	83
6 dagar	(4)	(8)	(0)	(8)	(0)	(8)	(24)	(24)	(24)	100	25
7 dagar	(6)	(0)	(14)	(9)	(3)	(9)	(6)	(17)	(36)	100	35

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som svarat att de druckit läsk någon dag under veckan som gått och lyder "Ungefär hur mycket läsk har du druckit sammanlagt de senaste 7 dagarna?". Svartalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer.¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 26 Typ av läsk som brukar dricka, i olika grupper (procent)

	Alltid/oftast med socker	Blandat	Alltid/oftast med sötnings- medel	Vet inte	Summa	n
<i>Samtliga</i>	41	17	39	3	100	3061
<i>Kön</i>						
Tjej	39	15	42	4	100	1406
Kille	42	18	37	3	100	1645
<i>Ålder</i>						
4-6 år	37	17	44	2	100	424
7-9 år	43	18	36	3	100	675
10-12 år	38	18	41	3	100	822
Över 13 år	43	14	38	5	100	1138
<i>Geografisk hemvist¹</i>						
Storstad/ pendlingskommun	42	17	38	3	100	1136
Större stad	40	16	40	4	100	1200
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	40	17	39	4	100	725
<i>Hushållsinkomst²</i>						
Låg	41	17	32	10	100	285
Medel	40	18	39	3	100	1080
Hög	41	16	41	2	100	1646
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>						
Låg	(47)	(16)	(25)	(12)	100	93
Medel	35	16	45	4	100	997
Hög	43	17	37	3	100	1958
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>						
Arbetar	40	17	40	3	100	2812
Arbetslös	(45)	(16)	(23)	(16)	100	51
Sjuk/ Aktivitetsersättning	(35)	(16)	(38)	(11)	100	45
Studerar	41	17	36	6	100	162
Annat	(40)	(21)	(27)	(12)	100	52

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som svarat att de druckit läsk någon dag under veckan som gått och lyder "Brukar den läsk du dricker vara sötad med socker eller med sötningsmedel (light, zero, sugarfree, osv)?" . Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer.

¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 26 **forts. Typ av läsk brukar dricka, i olika grupper (procent)**

	Alltid/oftast med socker	Blandat	Alltid/oftast med sötnings- medel	Vet inte	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>						
Bor med ensam vuxen	39	19	37	5	100	390
Bor med båda vårdnadshavarna	42	16	39	3	100	2435
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	32	21	44	3	100	231
<i>Uppväxtort</i>						
<i>vårdnadshavare⁵</i>						
Sverige/Annat land i Norden	40	17	40	3	100	2838
Annat land i Europa	(41)	(22)	(32)	(5)	100	91
Land utanför Europa	54	9	24	13	100	128
<i>Hur många dagar druckit läsk</i>						
1 dag	47	16	33	4	100	1121
2 dagar	39	18	41	2	100	1167
3 dagar	37	17	43	3	100	444
4 dagar	34	14	48	4	100	182
5 dagar	(35)	(13)	(45)	(7)	100	83
6 dagar	(24)	(16)	(60)	(0)	100	25
7 dagar	(24)	(5)	(60)	(11)	100	37
<i>Hur mycket läsk druckit</i>						
1 glas	49	14	31	6	100	470
Ca 1 burk	45	18	34	3	100	851
Ca 2 burk	38	20	40	2	100	872
Ca 3 burk	36	14	47	3	100	464
4 burkar eller mer	32	14	50	4	100	372

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som svarat att de druckit läsk någon dag under veckan som gått och lyder "Brukar den läsk du dricker vara sötdad med socker eller med sötningsmedel (light, zero, sugarfree, osv)?" . Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer.
¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 27 Typ av läsk som brukar dricka, bland de som dricker 4 burkar eller mer (procent)

	Alltid/oftast med socker	Blandat	Alltid/oftast med sötnings- medel	Vet inte	Summa	n
<i>Samtliga</i>	32	14	50	4	100	372
<i>Kön</i>						
Tjej	25	9	63	3	100	123
Kille	36	17	43	4	100	248
<i>Ålder</i>						
4-6 år	(0)	(0)	(100)	(0)	100	4
7-9 år	(38)	(8)	(50)	(4)	100	24
10-12 år	(27)	(19)	(50)	(4)	100	74
Över 13 år	34	14	48	4	100	270
<i>Hushållsinkomst²</i>						
Låg	31	13	54	2	100	124
Medel	31	13	52	4	100	163
Hög	(36)	(19)	(38)	(7)	100	85
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>						
Låg	(32)	(16)	(36)	(16)	100	25
Medel	24	12	58	6	100	139
Hög	36	16	47	1	100	202

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som svarat att de druckit läsk någon dag under veckan som gått och lyder "Brukar den läsk du dricker vara sötad med socker eller med sötningsmedel (light, zero, sugarfree, osv)?" . Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer.

¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 28 Hur många dagar druckit energidryck senaste veckan, i olika grupper (procent)

	1 dag	2 dagar	3 dagar	4 dagar	5 dagar	6 dagar	7 dagar	Summa	n
<i>Samtliga</i>	38	26	15	9	7	3	2	100	380
<i>Kön</i>									
Tjej	34	26	15	8	9	5	3	100	194
Kille	40	27	15	10	5	1	2	100	184
<i>Ålder</i>									
Under 12 år	(68)	(8)	(12)	(12)	(0)	(0)	(0)	100	25
Mellan 13-15 år	42	25	17	6	6	2	2	100	163
Över 16 år	30	30	14	10	9	4	3	100	192
<i>Geografisk hemvist¹</i>									
Storstad/ pendlingskommun	36	27	14	11	6	4	2	100	143
Större stad	38	26	17	9	6	3	1	100	155
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	(40)	(28)	(12)	(4)	(11)	(0)	(5)	100	82
<i>Hushållsinkomst²</i>									
Låg	(23)	(30)	(11)	(18)	(16)	(0)	(2)	100	44
Medel	33	34	15	6	5	4	3	100	131
Hög	43	21	16	9	6	3	2	100	195
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>									
Låg	(13)	(26)	(7)	(27)	(7)	(13)	(7)	100	15
Medel	35	32	16	7	6	3	1	100	158
Hög	43	22	14	9	8	2	2	100	204
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>									
Arbetar	40	27	14	7	7	3	2	100	340
Övrigt	(25)	(23)	(18)	(21)	(10)	(0)	(3)	100	39
<i>Sammansättning hushåll</i>									
Bor med ensam vuxen	(42)	(22)	(15)	(5)	(11)	(4)	(1)	100	74
Bor med båda vårdnadshavarna	36	29	15	10	6	2	2	100	260
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	(43)	(22)	(11)	(9)	(7)	(4)	(4)	100	45
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>									
Sverige	39	27	15	8	6	3	2	100	344
Annat land	(29)	(26)	(14)	(17)	(11)	(0)	(3)	100	35

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som svarat att de druckit energidryck någon dag under veckan som gått och lyder "Tänk på veckan som gått – alltså de senaste sju dagarna från idag - hur många dagar har du druckit energidryck?". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³ För förklaring av kategorier se tabell 4. ⁴ Övrigt innefattar Arbetsmarknadspolitisk åtgärd, Arbetslös, Pensionär, Sjuk/aktivitetsersättning, studerar och annat. ⁵ Annat land inkluderar; annat land i Norden, Europa eller utanför Europa. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 29 Hur mycket energidryck druckit senaste veckan, i olika grupper (procent)

	1 burk eller mindre	2 burkar	3 burkar	4 burkar	5 burkar	6 burkar	7 burkar	8 burkar eller mer	Summa	n
<i>Samtliga</i>	39	27	14	7	5	3	3	2	100	380
<i>Kön</i>										
Tjej	37	27	13	6	5	5	5	2	100	194
Kille	40	27	15	8	5	2	1	2	100	184
<i>Ålder</i>										
Under 12 år	(72)	(12)	(12)	(4)	(0)	(0)	(0)	(0)	100	26
Mellan 13-15 år	43	28	15	4	4	2	2	2	100	163
Över 16 år	31	29	13	10	7	5	3	2	100	191
<i>Geografisk hemvist¹</i>										
Storstad/ pendlingskommun	38	27	15	8	6	3	2	1	100	144
Större stad	39	26	15	7	5	3	4	1	100	155
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	(41)	(32)	(10)	(5)	(5)	(4)	(1)	(2)	100	81
<i>Hushållsinkomst²</i>										
Låg	(23)	(38)	(14)	(2)	(11)	(7)	(0)	(5)	100	44
Medel	35	32	15	8	4	2	2	2	100	131
Hög	44	23	14	7	5	3	3	1	100	195
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>										
Låg	(20)	(26)	(20)	(7)	(13)	(0)	(7)	(7)	100	15
Medel	37	34	14	6	3	3	2	1	100	159
Hög	43	22	13	8	6	4	3	1	100	203
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>										
Arbetar	41	28	13	7	4	3	3	1	100	340
Övrigt	(28)	(25)	(21)	(10)	(10)	(3)	(0)	(3)	100	39
<i>Sammansättning hushåll</i>										
Bor med ensam vuxen	(42)	(23)	(15)	(4)	(9)	(3)	(3)	(1)	100	74
Bor med båda vårdnadshavarna	39	29	14	8	3	3	3	1	100	260
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	(36)	(32)	(11)	(4)	(9)	(4)	(0)	(4)	100	45

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som svarat att de druckit energidryck någon dag under veckan som gått och lyder "Ungefär hur mycket energidryck har du druckit sammanlagt den senaste veckan, alltså de senaste 7 dagarna?". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³ För förklaring av kategorier se tabell 4. ⁴ Övrigt innefattar; Arbetsmarknadspolitisk åtgärd, Arbetslös, Pensionär, Sjuk/aktivitetsersättning, Studerar och annat. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 29 forts. Hur mycket energidryck druckit senaste veckan, i olika grupper (procent)

	1 burk eller mindre	2 burkar	3 burkar	4 burkar	5 burkar	6 burkar	7 burkar	8 burkar eller mer	Summa	n
<i>Uppväxtort</i>										
<i>vårdnadshavare</i> ⁵										
Sverige/Annat land i Norden	40	28	14	6	5	3	3	1	100	344
Annat land	(31)	(26)	(17)	(11)	(6)	(6)	(0)	(3)	100	35
<i>Hur många dagar druckit energidryck</i>										
1 dag	95	5	0	0	0	0	0	0	100	143
2 dagar	7	85	6	1	1	0	0	0	100	101
3 dagar	(4)	(13)	(70)	(11)	(2)	(0)	(0)	(0)	100	56
4 dagar eller mer	(3)	(6)	(9)	(25)	(21)	(15)	(13)	(8)	100	79

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som svarat att de druckit energidryck någon dag under veckan som gått och lyder "Ungefär hur mycket energidryck har du druckit sammanlagt den senaste veckan, alltså de senaste 7 dagarna?". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. ⁴ Övrigt innefattar; Arbetsmarknadspolitisk åtgärd, Arbetslös, Pensionär, Sjuk/aktivitetsersättning, Studerar och Annat. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 30 Typ av energidryck som brukar dricka, i olika grupper (procent)

	Alltid/oftast med socker	Blandat	Alltid/oftast med sötnings- medel	Vet inte	Summa	n
<i>Samtliga</i>	30	15	39	16	100	380
<i>Kön</i>						
Tjej	26	10	46	18	100	194
Kille	34	20	32	14	100	184
<i>Ålder</i>						
Under 12 år	(23)	(19)	(39)	(19)	100	26
Mellan 13-15 år	28	13	38	21	100	163
Över 16 år	32	16	40	12	100	191
<i>Geografisk hemvist¹</i>						
Storstad/ pendlingskommun	(34)	(11)	(30)	(25)	100	44
Större stad	29	18	35	18	100	131
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	28	15	44	13	100	195
<i>Hushållsinkomst²</i>						
Låg	(66)	(7)	(0)	(27)	100	15
Medel	28	17	42	13	100	159
Hög	29	15	39	17	100	203
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>	30	15	39	16		380
Låg					100	
Medel	26	10	46	18	100	194
Hög	34	20	32	14	100	184
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>						
Arbetar	30	15	39	16	100	340
Övrigt	(31)	(15)	(39)	(15)	100	39

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som svarat att de druckit energidryck någon dag under veckan som gått och lyder "Brukar den energidryck du dricker vara sötad med socker eller med sötningsmedel (light, zero, sugarfree, osv)?" Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 30 **forts. Typ av energidryck brukar dricka, i olika grupper (procent)**

	Alltid/oftast med socker	Blandat	Alltid/oftast med sötnings- medel	Vet inte	Summa	n
<i>Sammanställning hushållet</i>						
Bor med ensam vuxen	(35)	(15)	(35)	(15)	100	74
Bor med båda vårdnadshavarna	29	15	41	15	100	260
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	(27)	(18)	(33)	(22)	100	45
<i>Uppväxtort</i>						
<i>vårdnadshavare⁵</i>						
Sverige/Annat land i Norden	27	16	42	15	100	344
Annat land i Europa	(60)	(7)	(20)	(13)	100	15
Land utanför Europa	(55)	(5)	(5)	(35)	100	20
<i>Hur många dagar druckit energidryck</i>						
1 dag	27	17	35	21	100	144
2 dagar	22	15	47	16	100	100
3 dagar	(27)	(18)	(46)	(9)	100	56
4 dagar eller mer	(46)	(11)	(30)	(13)	100	79
<i>Hur mycket läsk energidryck</i>						
1 burk	28	16	36	20	100	148
2 burkar	25	14	45	16	100	104
3 burkar	(26)	(19)	(46)	(9)	100	53
4 burkar eller mer	(42)	(14)	(32)	(12)	100	74

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som svarat att de druckit energidryck någon dag under veckan som gått och lyder "Brukar den energidryck du dricker vara sötad med socker eller med sötningsmedel (light, zero, sugarfree, osv)?" Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 31 Hur många dagar ätit godis senaste veckan, i olika grupper (procent)

	Ingen gång	1 dag	2 dagar	3 dagar	4 dagar	5 dagar	6 dagar	7 dagar	Summa	n
<i>Samtliga</i>	9	39	33	12	4	1	1	1	100	6145
<i>Kön</i>										
Tjej	8	38	33	13	4	2	1	1	100	2994
Kille	11	41	33	10	3	1	0	1	100	3123
<i>Ålder</i>										
4-6 år	7	52	32	7	1	0	0	1	100	1449
7-9 år	6	45	37	9	2	1	0	0	100	1433
10-12 år	10	35	36	13	4	1	0	1	100	1405
Över 13 år	13	28	30	17	6	3	1	2	100	1845
<i>Geografisk hemvist¹</i>										
Storstad/pendlingskommun	10	41	31	12	3	1	1	1	100	2437
Större stad	8	38	35	12	4	2	0	1	100	2340
Mindre stad/tätort och landsbygds-kommun	9	38	35	11	4	1	1	1	100	1368
<i>Hushållsinkomst²</i>										
Låg	12	38	30	11	4	2	1	2	100	701
Medel	9	37	35	12	4	1	1	1	100	2178
Hög	9	40	32	12	3	2	1	1	100	3155
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>										
Låg	12	43	28	8	5	2	0	2	100	193
Medel	9	36	34	13	4	2	1	1	100	1899
Hög	9	41	33	12	3	1	0	1	100	4028
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>										
Arbetar	9	39	33	12	4	1	1	1	100	5561
Arbetslös	14	41	24	13	3	2	1	2	100	121
Sjuk/ Aktivitetsersättning	13	35	26	12	9	1	3	1	100	105
Studerar	12	41	29	11	3	2	1	1	100	365
Annat	12	38	29	9	5	2	2	3	100	127

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på de senaste sju dagarna, hur många dagar den senaste veckan hur du ätit godis?". Svartalternativen framgår av tabellen. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 31 **forts. Hur många dagar ätit godis senaste veckan, i olika grupper (procent)**

	Ingen gång	1 dag	2 dagar	3 dagar	4 dagar	5 dagar	6 dagar	7 dagar	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>										
Bor med ensam vuxen	10	33	33	14	6	2	1	1	100	728
Bor med båda vårdnadshavarna	9	40	33	12	3	1	1	1	100	5026
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	11	34	36	11	4	2	1	1	100	370
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>										
Sverige/Annat land i Norden	8	39	34	12	4	1	1	1	100	5483
Annat land i Europa	13	27	36	13	6	2	0	3	100	269
Land utanför Europa	19	36	25	13	2	3	1	1	100	382
<i>Lämnat in enkät på helg</i>										
Nej	9	38	33	12	4	2	1	1	100	5057
Ja	10	42	30	12	3	1	1	1	100	1088

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på de senaste sju dagarna, hur många dagar den senaste veckan hur du ätit godis?". Svarsalternativen framgår av tabellen.¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 32 Hur mycket godis ätit senaste veckan, i olika grupper (procent)

	Ca 25g eller mindre	Ca 50g	Ca 75g	Ca 100g	Ca 150g	Ca 200g	Ca 300g	Ca 400g eller mer	Summa	n
<i>Samtliga</i>	11	18	19	19	15	11	5	2	100	5563
<i>Kön</i>										
Tjej	11	19	20	19	16	10	4	1	100	2753
Kille	10	18	18	19	15	11	6	3	100	2783
<i>Ålder</i>										
4-6 år	14	28	26	17	9	5	1	0	100	1341
7-9 år	6	20	23	21	16	10	4	0	100	1351
10-12 år	8	12	16	22	19	15	6	2	100	1261
Över 13 år	13	14	13	17	17	14	8	4	100	1598
<i>Geografisk hemvist¹</i>										
Storstad/ pendlingskommun	12	20	20	18	14	10	4	2	100	2175
Större stad	10	18	19	19	16	11	5	2	100	2145
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	10	16	20	19	16	12	5	2	100	1243
<i>Hushållsinkomst²</i>										
Låg	16	20	24	14	11	9	4	2	100	613
Medel	9	19	18	22	16	10	4	2	100	1981
Hög	10	17	19	19	16	12	5	2	100	2874
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>										
Låg	19	25	27	12	8	6	2	1	100	169
Medel	10	17	19	18	16	11	6	3	100	1716
Hög	10	19	19	20	15	11	5	1	100	3659
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>										
Arbetar	10	18	19	19	16	11	5	2	100	5052
Arbetslös	15	27	26	10	7	6	3	6	100	103
Sjuk/ Aktivitetssättning	(13)	(29)	(17)	(12)	(13)	(7)	(2)	(7)	100	90
Studerar	10	20	24	18	13	8	5	2	100	320
Annat	20	18	18	20	12	8	3	1	100	111

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som svarat att de ätit godis minst någon dag den senaste veckan och lyder "Hur mycket godis åt du sammanlagt den senaste veckan?". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 32 forts. Hur mycket godis ätit senaste veckan, i olika grupper (procent)

	Ca 25g eller mindre	Ca 50g	Ca 75g	Ca 100g	Ca 150g	Ca 200g	Ca 300g	Ca 400g eller mer	Summa	n
<i>Sammansättning</i>										
<i>hushållet</i>										
Bor med ensam vuxen	11	15	18	19	14	12	7	4	100	647
Bor med båda vårdnadshavarna	11	19	20	19	15	10	4	2	100	4572
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	9	15	18	19	19	12	5	3	100	329
<i>Uppväxtort</i>										
<i>vårdnadshavare⁵</i>										
Sverige/Annat land i Norden	9	18	19	20	16	11	5	2	100	5013
Annat land i Europa	17	25	21	14	13	7	3	0	100	233
Land utanför Europa	31	25	16	12	8	4	3	1	100	308
<i>Hur många dagar ätit godis</i>										
1 dag	16	25	21	19	11	6	2	0	100	2397
2 dagar	7	17	21	19	17	12	5	2	100	2033
3 dagar	5	9	15	20	21	17	9	4	100	727
4 dagar	5	9	11	15	19	19	15	7	100	222
5 dagar	(2)	(4)	(9)	(11)	(25)	(17)	(15)	(17)	100	89
6 – 7 dagar	(7)	(7)	(4)	(11)	(22)	(20)	(16)	(13)	100	95
<i>Lämnat in enkät på helg</i>										
Nej	10	18	19	19	16	11	5	2	100	4585
Ja	11	19	19	19	14	12	5	1	100	978

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som svarat att de ätit godis minst någon dag den senaste veckan och lyder "Hur mycket godis åt du sammanlagt den senaste veckan?". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 33 Medelvärde mängd godis åt senaste veckan, i olika grupper (gram)

	Gram	n
<i>Samtliga</i>	112	5563
<i>Kön</i>		
Tjej	107	2753
Kille	118	2783
<i>Ålder</i>		
4-6 år	79	1341
7-9 år	106	1351
10-12 år	127	1261
Över 13 år	133	1598
<i>Geografisk hemvist¹</i>		
Storstad/pendlingskommun	107	2175
Större stad	115	2145
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	116	1243
<i>Hushållsinkomst²</i>		
Låg	100	613
Medel	112	1981
Hög	115	2874
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>		
Låg	85	169
Medel	120	1716
Hög	110	3659

Kommentar: Tabellen baseras på frågor till barnet som deltar i undersökningen. För frågornas lydelse se tabell 30. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer.¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021

Tabell 34 Hur många dagar ätit snacks, i olika grupper (procent)

	Ingen gång	1 dag	2 dagar	3 dagar	4 dagar	5 dagar	6 dagar	7 dagar	Summa	n
<i>Samtliga</i>	22	48	23	6	1	0	0	0	100	5983
<i>Kön</i>										
Tjej	22	46	23	6	2	1	0	0	100	2927
Kille	23	47	23	6	1	0	0	0	100	3029
<i>Ålder</i>										
4-6 år	24	55	18	3	0	0	0	0	100	1411
7-9 år	18	51	26	4	1	0	0	0	100	1394
10-12 år	19	46	26	7	2	0	0	0	100	1369
Över 13 år	28	37	23	8	3	1	0	0	100	1799
<i>Geografisk hemvist¹</i>										
Storstad/pendlingskommun	22	47	23	6	2	0	0	0	100	2370
Större stad	23	46	24	5	1	1	0	0	100	2278
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	22	48	23	6	1	0	0	0	100	1335
<i>Hushållsinkomst²</i>										
Låg	22	44	22	7	2	1	1	1	100	665
Medel	23	45	24	6	2	0	0	0	100	2131
Hög	22	49	23	5	1	0	0	0	100	3085
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>										
Låg	22	37	25	9	3	1	1	2	100	181
Medel	21	46	25	6	2	0	0	0	100	1844
Hög	23	48	23	5	1	0	0	0	100	3936
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>										
Arbetar	22	48	24	5	1	0	0	0	100	5436
Arbetslös	21	40	19	12	4	3	0	1	100	114
Sjuk/ Aktivitetssättning	(31)	(34)	(21)	(9)	(2)	(1)	(0)	(2)	100	95
Studerar	22	50	20	5	2	1	0	0	100	352
Annat	25	44	19	8	1	2	0	1	100	116

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på de senaste sju dagarna, hur många dagar den senaste veckan har du ätit chips, popcorn, ostbågar eller liknande?". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 34 **forts. Hur många dagar ätit snacks, i olika grupper (procent)**

	Ingen gång	1 dag	2 dagar	3 dagar	4 dagar	5 dagar	6 dagar	7 dagar	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>										
Bor med ensam vuxen	23	41	24	8	3	1	0	0	100	711
Bor med båda vårdnadshavarna	22	49	23	5	1	0	0	0	100	4897
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	23	43	24	6	3	1	0	0	100	357
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>										
Sverige/Annat land i Norden	22	48	24	5	1	0	0	0	100	5343
Annat land i Europa	21	49	20	8	1	1	0	0	100	261
Land utanför Europa	25	39	23	9	2	1	0	1	100	370

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på de senaste sju dagarna, hur många dagar den senaste veckan har du ätit chips, popcorn, ostbågar eller liknande?". Svarsalternativen framgår av tabellen. ^{1 2345}
För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 35 Vilken typ av bröd brukar äta, i olika grupper (procent)

	Äter oftast eller nästan alltid				Minst antal svarande
	Grovt mörkt bröd	Mörkt knäckebröd	Mjukt vitt bröd	Ljust knäckebröd	
<i>Samtliga</i>	17	16	68	15	5460
<i>Kön</i>					
Tjej	16	18	69	17	2682
Kille	18	13	67	14	2743
<i>Ålder</i>					
4-6 år	17	20	66	17	1297
7-9 år	11	16	73	20	1272
10-12 år	16	16	70	13	1240
Över 13 år	21	12	65	11	1626
<i>Geografisk hemvist¹</i>					
Storstad/pendlingskommun	18	15	69	15	2135
Större stad	17	16	68	15	2089
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	16	17	66	16	1236
<i>Hushållsinkomst²</i>					
Låg	20	19	68	21	582
Medel	17	15	68	17	1982
Hög	16	15	68	13	2805
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>					
Låg	21	17	76	22	155
Medel	16	14	69	16	1680
Hög	17	16	67	14	3605
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>					
Arbetar	17	15	68	14	4978
Arbetslös	(28)	(20)	(70)	(20)	99
Sjuk/ Aktivitetssättning	(21)	(14)	(65)	(15)	86
Studerar	18	20	67	18	314
Annat	29	20	60	21	101

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Vilken typ av bröd brukar du äta?"

Svarsalternativen är "Nästan alltid" "Oftast" "Ibland" "Sällan" "Aldrig". Tabellen visar andelen som svarat att de oftast eller alltid ätit typen av bröd. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 35 forts. Vilken typ av bröd brukar äta, i olika grupper (procent)

	Äter oftast eller nästan alltid				Minst antal svarande
	Grovt mörkt bröd	Mörkt knäckebröd	Mjukt vitt bröd	Ljust knäckebröd	
<i>Sammansättning hushållet</i>					
Bor med ensam vuxen	18	16	65	13	636
Bor med båda vårdnadshavarna	17	15	68	16	4487
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	14	12	72	15	326
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>					
Sverige/Annat land i Norden	16	16	68	14	4916
Annat land i Europa	24	15	67	18	231
Land utanför Europa	28	14	68	21	293

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Vilken typ av bröd brukar du äta?" Svarsalternativen är "Nästan alltid" "Oftast" "Ibland" "Sällan" "aldrig". Tabellen visar andelen som svarat att de oftast eller alltid ätit typen av bröd. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 36 Äta mer eller mindre av (procent)

	Mindre	Mer	n
<i>Livsmedel</i>			
Godis	96	2	5889
Läsk	95	2	5889
Snacks	93	4	5889
Energidryck	91	5	5889
Salt	85	12	5889
Smör	70	27	5889
Korv	55	41	5889
Kött	46	51	5889
Olja	36	60	5889
Fullkorn	9	88	5889
Baljväxter	8	89	5889
Fisk	5	92	5889
Frukt	2	96	5889
Grönsaker	2	97	5889

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Ibland pratar man om att det finns mat som det är bra för människor att äta mer eller mindre av. Vet du om det är bra att äta mer eller mindre av följande mat?" Deltagarna uppmanades att dra och släppa bilder på de olika livsmedlen till gruppen "Mer" eller gruppen "Mindre" och kunde även välja att inte svara på frågan, de två kolumnerna summerar därför inte till 100 procent för varje livsmedel.

Källa: Pep-Rapporten 2021.

Frågor om fysisk aktivitet

Tabell 37 Hur mycket rört sig igår, i olika grupper (procent)

	Inte alls	Mindre än 30 minuter	Mellan 31-60 minuter	Mer än 60 minuter	Summa	n
<i>Samtliga</i>	4	11	22	63	100	6038
<i>Kön</i>						
Tjej	4	13	23	60	100	2942
Kille	3	9	20	68	100	3069
<i>Ålder</i>						
4-6 år	2	9	21	68	100	1400
7-9 år	2	8	22	68	100	1412
10-12 år	3	10	20	67	100	1394
Över 13 år	7	17	22	54	100	1820
<i>Geografisk hemvist¹</i>						
Storstad/pendlingskommun	4	11	20	65	100	2391
Större stad	4	11	22	63	100	2302
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	4	10	23	63	100	1345
<i>Hushållsinkomst²</i>						
Låg	7	14	27	52	100	684
Medel	4	12	23	61	100	2140
Hög	3	10	19	68	100	3106
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>						
Låg	8	19	30	43	100	189
Medel	4	13	24	59	100	1871
Hög	3	10	20	67	100	3955
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>						
Arbetar	3	11	21	65	100	5468
Arbetslös	11	13	31	45	100	120
Sjuk/Aktivitetsersättning	13	16	21	50	100	100
Studerar	5	13	23	59	100	355
Annat	7	20	23	50	100	122

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på igår, ungefär hur lång tid var du fysiskt aktiv under dagen? All aktivitet som får ditt hjärta att slå snabbare och som ibland gör dig andfådd räknas". Svarsalternativen är "Inte alls", "Mindre än 30 min", "Mellan 30 min – 1 timme", "Mellan 1 timme och 1,5 timmar", "Mellan 1,5 timmar och 2 timmar", "Mellan 2 timmar och 2,5 timmar", "Mellan 2,5 timmar och 3 timmar". I tabellen är svarsalternativen "Mellan 1 timme och 1,5 timmar", "Mellan 1,5 timmar och 2 timmar", "Mellan 2 timmar och 2,5 timmar", "Mellan 2,5 timmar och 3 timmar" sammanslagna. ^{1 2345} För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 37 forts. Hur mycket rört sig igår, i olika grupper (procent)

	Inte alls	Mindre än 30 minuter	Mellan 31-60 minuter	Mer än 60 minuter	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>						
Bor med ensam vuxen	6	15	24	55	100	717
Bor med båda vårdnadshavarna	4	10	21	65	100	4940
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	4	12	26	58	100	362
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>						
Sverige/Annat land i Norden	4	11	21	64	100	5394
Annat land i Europa	2	13	23	62	100	261
Land utanför Europa	8	18	31	43	100	373
<i>Förälders grad av aktivitet på fritiden</i>						
Rör sig inte så mycket	6	15	23	56	100	1537
Rör sig regelbundet 30 min -1 timme per dag	3	10	21	66	100	3877
Hård fysisk aktivitet 1 timme 4-5 ggr per vecka	2	8	19	71	100	593
<i>Var det helg igår</i>						
Nej	3	11	22	64	100	4650
Ja	5	13	20	62	100	1388
<i>Går på fysisk aktivitet på fritiden</i>						
Ja	3	8	19	70	100	4425
Nej	7	20	30	43	100	1598
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60 minuter</i>						
Under 7 dagar	5	14	25	56	100	4688
7 dagar	1	2	8	89	100	1325

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på igår, ungefär hur lång tid var du fysiskt aktiv under dagen? All aktivitet som får ditt hjärta att slå snabbare och som ibland gör dig andfådd räknas. Svarsalternativen är "Inte alls", "Mindre än 30 min", "Mellan 30 min – 1 timme", "Mellan 1 timme och 1,5 timmar", "Mellan 1,5 timmar och 2 timmar", "Mellan 2 timmar och 2,5 timmar", "Mellan 2,5 timmar och 3 timmar". I tabellen är svarsalternativen "Mellan 1 timme och 1,5 timmar", "Mellan 1,5 timmar och 2 timmar", "Mellan 2 timmar och 2,5 timmar", "Mellan 2,5 timmar och 3 timmar" sammanslagna. ^{1 2345} För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 38 Hur mycket rört sig igår, uppdelat på kön och ålder (procent)

	Inte alls	Mindre än 30 minuter	Mellan 31-60 minuter	Mer än 60 minuter	Summa	n
<i>Samtliga</i>	4	11	22	63	100	6038
<i>Tjej</i>						
4-6 år	2	10	23	65	100	685
7-9 år	1	8	25	66	100	669
10-12 år	4	11	22	63	100	644
Över 13	8	20	23	49	100	939
<i>Kille</i>						
4-6 år	3	7	19	71	100	710
7-9 år	2	7	20	71	100	737
10-12 år	2	9	18	71	100	743
Över 13	6	13	22	59	100	873

Kommentar: För frågans lydelse se tabell 37. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 39 Hur många dagar varit fysiskt aktiv i minst 60 min, i olika grupper (procent)

	Ingen gång	1 dag	2 dagar	3 dagar	4 dagar	5 dagar	6 dagar	7 dagar	Summa	n
<i>Samtliga</i>	3	4	9	14	16	19	13	22	100	6026
<i>Kön</i>										
Tjej	3	5	9	15	19	19	11	19	100	2941
Kille	3	4	8	13	14	19	14	25	100	3058
<i>Ålder</i>										
4-6 år	2	4	7	11	11	17	12	36	100	1401
7-9 år	1	3	7	13	16	22	13	25	100	1407
10-12 år	2	3	8	14	17	22	13	21	100	1390
Över 13 år	5	6	12	18	18	17	13	11	100	1816
<i>Geografisk hemvist¹</i>										
Storstad/pendlingskommun	3	4	9	13	15	19	14	23	100	2383
Större stad	3	4	8	14	16	21	12	22	100	2299
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	3	4	10	15	18	17	12	21	100	1344
<i>Hushållsinkomst²</i>										
Låg	6	7	10	17	16	18	9	17	100	682
Medel	3	4	11	16	16	20	10	20	100	2133
Hög	2	3	7	12	16	20	15	25	100	3105
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>										
Låg	9	7	14	24	11	17	4	14	100	186
Medel	3	6	11	16	18	17	11	18	100	1869
Hög	3	8	13	15	20	14	24	3	100	3949
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>										
Arbetar	3	4	9	14	16	19	13	22	100	5462
Arbetslös	10	7	10	21	10	19	9	14	100	117
Sjuk/ Aktivitetsersättning	(8)	(5)	(13)	(13)	(18)	(12)	(9)	(22)	100	99
Studerar	4	5	7	13	15	25	9	22	100	353
Annat	8	7	10	14	16	15	7	23	100	123

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på veckan som gått – alltså de senaste sju dagarna från idag – hur många dagar har du varit fysiskt aktiv i sammanlagt 60 minuter eller mer?". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 39 forts. Hur många dagar varit fysiskt aktiv i minst 60 min, i olika grupper (procent)

	Ingen dag	1 dag	2 dagar	3 dagar	4 dagar	5 dagar	6 dagar	7 dagar	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>										
Bor med ensam vuxen	5	6	10	16	16	21	10	16	100	714
Bor med båda vårdnadshavarna	3	4	8	14	16	19	13	23	100	4931
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	4	7	12	16	15	16	11	19	100	361
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>										
Sverige/Annat land i Norden	3	4	8	13	16	20	13	23	100	5391
Annat land i Europa	2	4	10	21	14	17	12	20	100	259
Land utanför Europa	6	8	13	18	13	17	8	17	100	366
<i>Förälders grad av aktivitet på fritiden</i>										
Rör sig inte så mycket	5	5	11	16	16	20	10	17	100	1529
Rör sig regelbundet 30min -1 timme per dag	2	4	8	14	16	19	14	23	100	3878
Hård fysisk aktivitet 1 timme 4-5 ggr per vecka	2	3	7	13	16	20	14	25	100	589
<i>Går på fysisk aktivitet på fritiden</i>										
Ja	1	2	6	12	18	21	15	25	100	4427
Nej	8	9	16	18	12	15	7	15	100	1593
<i>Hur mycket rört sig igår (minuter)</i>										
Inte alls	24	15	18	15	13	9	3	3	100	231
Mellan 0-30 minuter	12	16	22	19	12	10	5	4	100	669
Mellan 31-60 minuter	3	5	15	23	20	18	7	9	100	1288
Mer än 60 minuter	0	1	4	10	15	22	17	31	100	3825

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på veckan som gått – alltså de senaste sju dagarna från idag – hur många dagar har du varit fysiskt aktiv i sammanlagt 60 minuter eller mer?". Svarsalternativen framgår av tabellen. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 40 Andel som varit fysiskt aktiv mer än 60 min senaste 7 dagarna, i olika grupper (procent)

	Inte aktiv i 60 min varje dag de senaste 7 dagarna	Aktiv i minst 60 min varje dag de senaste 7 dagarna	Summa	n
<i>Samtliga</i>	78	22	100	6026
<i>Kön</i>				
Tjej	82	18	100	2941
Kille	74	26	100	3058
<i>Ålder</i>				
4-6 år	65	35	100	1401
7-9 år	75	25	100	1407
10-12 år	79	21	100	1390
Över 13 år	89	11	100	1816
<i>Geografisk hemvist¹</i>				
Storstad/pendlingskommun	78	22	100	2383
Större stad	77	23	100	2299
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	79	21	100	1344
<i>Hushållsinkomst²</i>				
Låg	83	17	100	682
Medel	80	20	100	2133
Hög	76	24	100	3105
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>				
Låg	86	14	100	186
Medel	82	18	100	1869
Hög	76	24	100	3949
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>				
Arbetar	78	22	100	5462
Arbetslös	86	14	100	117
Sjuk/Aktivitetsersättning	(79)	(21)	100	99
Studerar	78	22	100	353
Annat	76	24	100	123

Kommentar: För frågans lydelse se tabell 39. Tabellen visar de som varit aktiva i minst 60 minuter varje dag de senaste sju dagarna samt de som inte varit aktiva i minst 60 minuter alla de senaste sju dagarna. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 40 forts. Andel varit fysiskt aktiv mer än 60 min senaste 7 dagarna, i olika grupper (procent)

	Inte aktiv i 60 min varje dag de senaste 7 dagarna	Aktiv i minst 60 min varje dag de senaste 7 dagarna	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>				
Bor med ensam vuxen	84	16	100	714
Bor med båda vårdnadshavarna	77	23	100	4931
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	81	19	100	361
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>				
Sverige/Annat land i Norden	77	23	100	5391
Annat land i Europa	80	20	100	259
Land utanför Europa	84	16	100	366
<i>Förälders grad av aktivitet på fritiden</i>				
Rör sig inte så mycket	83	17	100	1529
Rör sig regelbundet	76	24	100	3878
30min -1 timme per dag				
Hård fysisk aktivitet				
1 timme 4-5 ggr per vecka	74	26	100	589
<i>Går på fysisk aktivitet på fritiden</i>				
Ja	75	25	100	4427
Nej	85	15	100	1593
<i>Hur mycket rört sig igår (minuter)</i>				
Inte alls	97	3	100	231
Mellan 0-30 minuter	96	4	100	669
Mellan 31-60 minuter	91	9	100	1288
Mer än 60 minuter	69	31	100	3825

Kommentar: För frågans lydelse se tabell 39. Tabellen visar de som varit aktiva i minst 60 minuter varje dag de senaste sju dagarna samt de som inte varit aktiva i minst 60 minuter alla de senaste sju dagarna.¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 41 **Andel varit fysiskt aktiv mer än 60 min senaste 7 dagarna, uppdelat på kön och ålder (procent)**

	Inte aktiv i 60 min varje dag de senaste 7 dagarna	Aktiv i minst 60 min varje dag de senaste 7 dagarna	Summa	n
<i>Samtliga</i>	78	22	100	6026
<i>Tjej</i>				
4-6 år	69	31	100	686
7-9 år	79	21	100	669
10-12 år	84	16	100	643
Över 13	91	9	100	938
<i>Kille</i>				
4-6 år	62	38	100	710
7-9 år	72	28	100	732
10-12 år	74	26	100	740
Över 13	86	14	100	870

Kommentar: För frågans lydelse se tabell 39. Tabellen visar de som varit aktiva i minst 60 minuter varje dag de senaste sju dagarna samt de som inte varit aktiva i minst 60 minuter alla de senaste sju dagarna. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 42 Går på fysisk aktivitet ja/nej, i olika grupper (procent)

	Ja	Nej	Summa	n
<i>Samtliga</i>	73	27	100	6044
<i>Kön</i>				
Tjej	74	26	100	2947
Kille	73	27	100	3070
<i>Ålder</i>				
4-6 år	70	30	100	1409
7-9 år	82	18	100	1412
10-12 år	79	21	100	1391
Över 13 år	65	35	100	1820
<i>Geografisk hemvist¹</i>				
Storstad/ pendlingskommun	76	24	100	2390
Större stad	72	28	100	2306
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	71	29	100	1348
<i>Hushållsinkomst²</i>				
Låg	51	49	100	690
Medel	69	31	100	2138
Hög	82	18	100	3109
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>				
Låg	48	52	100	190
Medel	65	35	100	1873
Hög	78	22	100	3957
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>				
Arbetar	75	25	100	5472
Arbetslös	43	57	100	120
Sjuk/Aktivitetssättning	52	48	100	100
Studerar	69	31	100	356
Annat	60	40	100	124

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Går du på någon idrott eller fysisk aktivitet regelbundet?". Svarsalternativen framgår av tabellen. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 42 forts. Går på fysisk aktivitet ja/nej, i olika grupper (procent)

	Ja	Nej	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>				
Bor med ensam vuxen	62	38	100	718
Bor med båda vårdnadshavarna	76	24	100	4942
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	62	38	100	364
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>				
Sverige/Annat land i Norden	75	25	100	5399
Annat land i Europa	68	32	100	262
Land utanför Europa	53	47	100	373
<i>Förälders grad av aktivitet på fritiden</i>				
Rör sig inte så mycket	50	50	100	233
Rör sig regelbundet 30min -1 timme per dag	51	49	100	671
Hård fysisk aktivitet 1 timme 4-5 ggr per vecka	64	36	100	1291

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Går du på någon idrott eller fysisk aktivitet regelbundet?". Svarsalternativen framgår av tabellen.¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 43 Går på fysisk aktivitet ja/nej, uppdelat på kön och ålder (procent)

	Ja	Nej	Summa	n
<i>Samtliga</i>	73	27	100	6044
<i>Tjej</i>				
4-6 år	74	26	100	690
7-9 år	83	17	100	671
10-12 år	80	20	100	642
Över 13	62	38	100	939
<i>Kille</i>				
4-6 år	66	34	100	714
7-9 år	82	18	100	735
10-12 år	77	23	100	742
Över 13	69	31	100	873

Kommentar: För frågans lydelse se tabell 42. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 44 Hur många aktiviteter går på, i olika grupper (procent)

	1 aktivitet	2 aktiviteter	3 aktiviteter	4 aktiviteter	Summa	n
<i>Samtliga</i>	46	35	14	5	100	4400
<i>Kön</i>						
Tjej	45	36	14	5	100	2159
Kille	47	35	14	4	100	2225
<i>Ålder</i>						
4-6 år	47	37	13	3	100	979
7-9 år	37	34	22	7	100	1151
10-12 år	44	37	14	5	100	1090
Över 13 år	56	32	8	4	100	1173
<i>Geografisk hemvist¹</i>						
Storstad/ pendlingskommun	47	35	14	4	100	1811
Större stad	45	36	14	5	100	1644
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	45	33	15	7	100	945
<i>Hushållsinkomst²</i>						
Låg	54	29	10	7	100	335
Medel	52	34	11	3	100	1468
Hög	41	37	17	5	100	2527
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>						
Låg	(57)	(24)	(10)	(9)	100	87
Medel	52	34	10	4	100	1211
Hög	44	35	16	5	100	3089
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>						
Arbetar	46	35	14	5	100	4075
Arbetslös	(60)	(24)	(6)	(10)	100	51
Sjuk/Aktivitetssättning	(59)	(29)	(6)	(6)	100	49
Studerar	50	30	15	5	100	240
Annat	(46)	(31)	(13)	(10)	100	71

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som svarat att de går på någon idrott eller fysisk aktivitet regelbundet. Frågan lyder "Vilken idrott eller aktivitet går du på? Fyll i en aktivitet per ruta om du går på flera". I tabellen är antalet aktiviteter hopslagna. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 44 **forts. Hur många aktiviteter går på, i olika grupper (procent)**

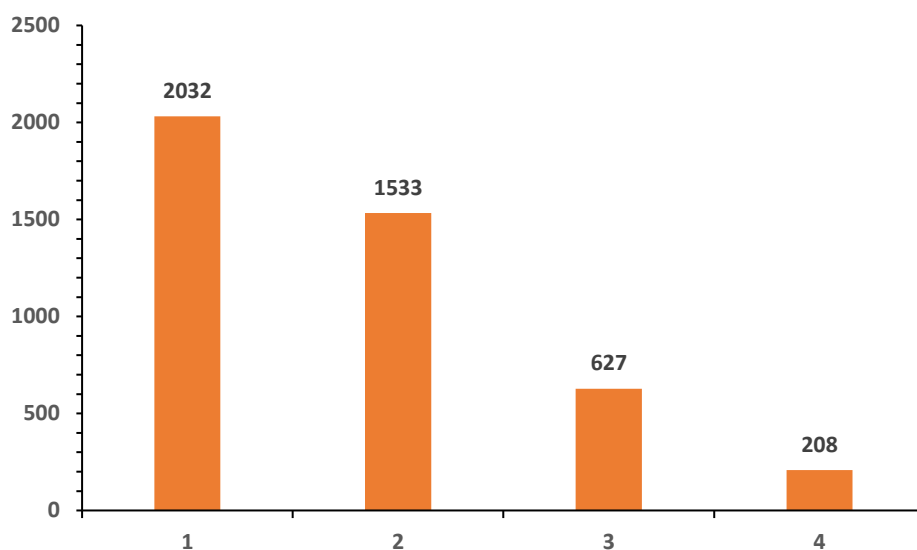
	1 aktivitet	2 aktiviteter	3 aktiviteter	4 aktiviteter	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>						
Bor med ensam vuxen	56	31	9	4	100	435
Bor med båda vårdnadshavarna	44	36	15	5	100	3724
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	53	30	13	4	100	226
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>						
Sverige/Annat land i Norden	46	35	14	5	100	4033
Annat land i Europa	50	33	11	6	100	175
Land utanför Europa	52	29	12	7	100	186
<i>Förälders grad av aktivitet på fritiden</i>						
Rör sig inte så mycket	52	34	11	3	100	995
Rör sig regelbundet 30min -1 timme per dag	46	36	14	4	100	2918
Hård fysisk aktivitet 1 timme 4-5 ggr per vecka	39	32	19	10	100	472
<i>Hur mycket rört sig igår (minuter)</i>						
Inte alls	64	27	6	3	100	115
Mellan 0-30 minuter	57	31	9	3	100	338
Mellan 31-60 minuter	50	34	12	4	100	811
Mer än 60 minuter	43	36	16	5	100	3125
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60 minuter</i>						
Under 7 dagar	49	34	13	4	100	3303
7 dagar	38	37	18	7	100	1089

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som svarat att de går på någon idrott eller fysisk aktivitet regelbundet. Frågan lyder "Vilken idrott eller aktivitet går du på? Fyll i en aktivitet per ruta om du går på flera". I tabellen är antalet aktiviteter hopslagna. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 45 Hur många aktiviteter går på, uppdelat på kön och ålder(procent)

	1 aktivitet	2 aktiviteter	3 aktiviteter	4 aktiviteter	Summa	n
<i>Samtliga</i>	46	35	14	5	100	4400
<i>Tjej</i>						
4-6 år	43	40	14	3	100	508
7-9 år	34	36	22	8	100	552
10-12 år	44	36	15	5	100	516
Över 13	58	30	8	4	100	579
<i>Kille</i>						
4-6 år	51	35	12	2	100	470
7-9 år	40	32	22	6	100	593
10-12 år	43	39	14	4	100	571
Över 13	54	32	9	5	100	589

Kommentar: För frågans lydelse samt kommentar se tabell 44. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Figur 1 Hur många regelbundna aktiviteter går på, antal aktiviteter bland alla (antal per svarsalternativ)

Kommentar: För frågans lydelse samt kommentar se tabell 44. Genomsnitt antal aktiviteter bland de som går på någon aktivitet är 1,8 aktiviteter per vecka. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 46 Hur många gånger sammantaget gått på fysisk aktivitet senaste veckan, i olika grupper (procent)

	1 gg	2ggr	3ggr	4ggr	5 ggr	6-10 ggr	11-15 ggr	16-20 ggr	Summa	n
<i>Samtliga</i>	21	25	20	13	10	10	1	0	100	4382
<i>Kön</i>										
Tjej	22	26	20	13	10	8	1	0	100	2149
Kille	19	24	20	13	11	12	1	0	100	2217
<i>Ålder</i>										
4-6 år	44	37	13	3	2	1	0	0	100	974
7-9 år	22	29	23	12	8	6	0	0	100	1149
10-12 år	12	21	22	18	12	14	1	0	100	1087
Över 13 år	8	14	20	18	19	19	2	0	100	1165
<i>Geografisk hemvist¹</i>										
Storstad/ Pendlings-kommun	21	24	20	14	10	10	1	0	100	1806
Större stad	21	23	21	13	10	11	1	0	100	1637
Mindre stad/tätort och landsbygds-kommun	20	27	18	13	11	10	1	0	100	939
<i>Hushållsinkomst²</i>										
Låg	26	25	15	11	10	9	3	1	100	332
Medel	26	27	20	11	8	8	0	0	100	1461
Hög	17	23	21	14	12	12	1	0	100	2518
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>										
Låg	(16)	(23)	(20)	(8)	(13)	(14)	(4)	(2)	100	85
Medel	22	26	19	13	10	9	1	0	100	1208
Hög	20	25	20	14	10	11	0	0	100	3076
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>										
Arbetar	21	25	20	14	10	10	0	0	100	4060
Arbetslös	(34)	(20)	(10)	(10)	(12)	(12)	(2)	0	100	50
Sjuk/ Aktivitetsersättning	(8)	(25)	(21)	(18)	(12)	(12)	(4)	(0)	100	49
Studerar	28	27	17	9	8	8	3	0	100	239
Annat	(23)	(19)	(15)	(9)	(15)	(14)	(4)	(1)	100	69

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som svarat att de går på någon idrott eller fysisk aktivitet regelbundet, samt vilka dessa är. Frågorna lyder "Hur många gånger i veckan går du på aktivitet 1-4?". I tabellen är antalet gånger för alla aktiviteter hopslagna. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer.¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 46 forts. Hur många gånger sammantaget gått på fysisk aktivitet senaste veckan, i olika grupper (procent)

	1 gg	2ggr	3ggr	4ggr	5 ggr	6-10 ggr	11-15 ggr	16-20 ggr	Summa	n
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60 minuter</i>										
Under 7 dagar	21	25	21	14	10	8	1	0	100	3288
7 dagar	21	24	15	10	12	17	1	0	100	1087
<i>Sammansättning hushållet</i>										
Bor med ensam vuxen	19	26	21	15	10	7	1	1	100	433
Bor med båda vårdnadshavarna	21	25	20	13	10	10	1	0	100	3708
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	21	23	18	15	9	14	0	0	100	224
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>										
Sverige/Annat land i Norden	22	25	20	13	10	10	0	0	100	4019
Annat land i Europa	24	24	19	13	8	9	3	0	100	174
Land utanför Europa	12	23	24	11	14	14	2	0	100	183
<i>Förälders grad av aktivitet på fritiden</i>										
Rör sig inte så mycket	26	29	18	11	8	8	0	0	100	990
Rör sig regelbundet 30min -1 timme per dag	20	25	21	13	10	10	1	0	100	2905
Hård fysisk aktivitet 1 timme 4-5 ggr per vecka	12	17	19	18	15	15	3	1	100	472
<i>Hur mycket rört sig igår (minuter)</i>										
Inte alls	22	26	22	17	7	4	1	1	100	114
Mellan 0-30 minuter	27	33	18	10	6	5	1	0	100	330
Mellan 31-60 minuter	25	31	21	11	6	6	0	0	100	807

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som svarat att de går på någon idrott eller fysisk aktivitet regelbundet, samt vilka dessa är. Frågorna lyder "Hur många gånger i veckan går du på aktivitet 1-4". I tabellen är antalet gånger för alla aktiviteter hopslagna. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 47 Hur många gånger sammantaget gått på fysisk aktivitet senaste veckan, uppdelat på kön och ålder (procent)

	1 gg	2ggr	3ggr	4ggr eller fler	Summa	n
<i>Samtliga</i>	21	25	20	34	100	4382
<i>Kön</i>						
Tjej	22	26	20	32	100	2149
Kille	19	24	20	37	100	2217
<i>Ålder</i>						
4-6 år	44	37	13	6	100	974
7-9 år	22	29	23	26	100	1149
10-12 år	12	21	22	45	100	1087
Över 13 år	8	14	20	58	100	1165

Kommentar: För frågans lydelse samt kommentar se tabell 46. I tabellen har antalet gånger för alla aktiviteter slagits ihop, alla som svarat 4 gånger eller fler har slagits ihop till en grupp. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 48 Hur många gånger sammantaget gått på fysisk aktivitet senaste veckan, uppdelat på ålder bland de som är 11 år eller äldre (procent)

	1 gg	2ggr	3ggr	4ggr eller fler	Summa	n
<i>Samtliga</i>	21	25	20	34	100	4382
<i>Ålder</i>						
11 år	12	19	23	46	100	376
12 år	12	21	22	45	100	346
13 år	11	16	20	53	100	295
14 år	5	13	22	60	100	271
15 år	12	12	20	56	100	243
16 år	7	12	19	62	100	205
17 år	6	17	18	59	100	151

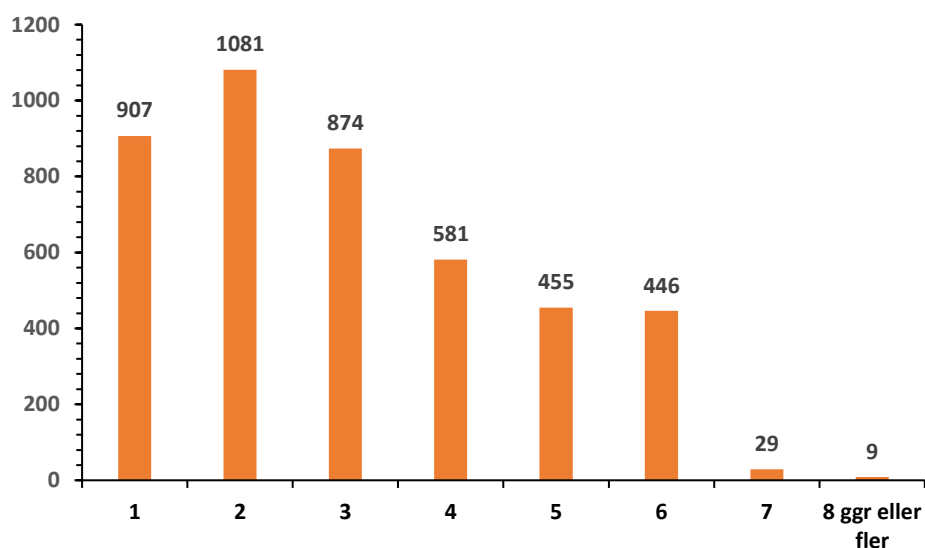
Kommentar: För frågans lydelse samt kommentar se tabell 46. I tabellen har antalet gånger för alla aktiviteter slagits ihop, alla som svarat 4 gånger eller fler är har slagits ihop till en grupp. Tabellen redovisar resultaten för de som är 11 år eller äldre. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 49 Hur många gånger sammantaget gått på fysisk aktivitet senaste veckan, uppdelat på kön och ålder (procent)

	1 ggr	2ggr	3ggr	4ggr	5 ggr	6-10 ggr	11-15 ggr	16-20 ggr	Summa	n
<i>Samtliga</i>	21	25	20	13	10	10	1	0	100	4382
<i>Tjej</i>										
4-6 år	41	39	14	4	1	1	0	0	100	505
7-9 år	23	31	23	11	8	4	0	0	100	550
10-12 år	16	22	22	17	11	12	0	0	100	513
Över 13	10	13	22	21	17	16	1	0	100	577
<i>Kille</i>										
4-6 år	46	35	13	3	2	1	0	0	100	468
7-9 år	21	27	24	13	8	7	0	0	100	593
10-12 år	8	20	23	19	12	16	1	1	100	571
Över 13	6	14	18	16	21	22	2	1	100	583

Kommentar: För frågans lydelse samt kommentar se tabell 46. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Figur 2 Hur många gånger går på fysisk aktivitet senaste veckan, sammantaget (antal per svarsalternativ)



Kommentar: För frågans lydelse samt kommentar se tabell 46. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 50 Antal dagar undervisning på plats i skolan – de äldsta åldrarna

	Ingen dag	1 dag	2 dagar	3 dagar	4 dagar	5 dagar	Summa	n
<i>Samtliga</i>	11	20	9	4	5	51	100	672
<i>Ålder</i>								
15 år	(6)	(26)	(9)	(0)	(6)	(53)	100	53
16 år	8	24	12	5	4	47	100	337
17 år	16	14	5	3	6	56	100	278

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och har svarat att den går i gymnasiet och lyder "Tänk på veckan som gått - alltså de senaste sju dagarna från idag - hur många dagar har du haft undervisning fysiskt på plats i skolan?". Svartalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 51 Hur ofta idrottsundervisning i skolan, i olika grupper (procent)

	Ingen gång	1 gång	2 gånger	3 gånger	4 gånger eller fler	Jag har inte idrottsundervisning	Summa	n
<i>Samtliga</i>	2	22	58	14	2	2	100	4675
<i>Kön</i>								
Tjej	2	22	58	13	2	3	100	2274
Kille	2	22	58	14	2	2	100	2380
<i>Ålder¹</i>								
6-9 år	1	34	62	2	1	0	100	1455
10-12 år	0	10	82	7	1	0	100	1390
Över 13 år	4	21	38	27	4	6	100	1818
<i>Geografisk hemvist</i>								
Storstad/pendlingskommun	2	23	61	10	1	3	100	1874
Större stad	2	21	58	15	2	2	100	1786
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	1	22	56	17	2	2	100	1015
<i>Hur mycket rört sig igår (minuter)</i>								
Inte alls	6	24	47	16	2	5		202
Mellan 0-30 minuter	4	26	54	13	0	3	100	552
Mellan 31-60 minuter	1	20	59	14	2	4	100	1014
Mer än 60 minuter	1	22	61	13	2	1	100	2900
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60 minuter</i>								
Under 7 dagar	2	22	59	14	1	2	100	3794
7 dagar	0	21	62	12	4	1	100	864

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som uppgett att de går i skola. Frågan lyder "Hur många gånger i veckan har du idrottsundervisning på schemat i skolan?". Svartalternativen framgår av tabellen. ¹Frågan har ställts till alla som i tidigare fråga svarat att de går i skolan. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 52 Önskar mer/mindre idrott (procent), i olika grupper (procent)

	Jag vill ha mer idrott	Varken mer eller mindre	Mindre än nu	Summa	n
<i>Samtliga</i>	50	45	5	100	4484
<i>Kön</i>					
Tjej	42	50	8	100	2172
Kille	58	39	3	100	2291
<i>Ålder¹</i>					
6-9 år	61	36	3	100	1438
10-12 år	56	40	4	100	1383
Över 13 år	35	56	9	100	1653
<i>Geografisk hemvist²</i>					
Storstad/ Pendlings-kommun	50	45	5	100	1788
Större stad	51	44	5	100	1722
Mindre stad/tätort och landsbygds-kommun	50	44	6	100	974
<i>Hushållsinkomst³</i>					
Låg	52	41	7	100	475
Medel	50	44	6	100	1552
Hög	50	45	5	100	2368
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare⁴</i>					
Låg	51	38	11	100	147
Medel	49	45	6	100	1391
Hög	50	45	5	100	2925
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁵</i>					
Arbetar	51	44	5	100	4065
Arbetslös	(46)	(43)	(11)	100	92
Sjuk/ Aktivitetssättning	(37)	(52)	(11)	100	75
Studerar	53	41	6	100	239
Annat	(47)	(51)	(2)	100	94

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som uppgett att de går i skola. Frågan lyder "Önskar du att du hade mer eller mindre idrott och hälsa på schemat än du har nu?". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹Frågan har ställts till alla som i tidigare fråga svarat att de går i skolan.²³⁴⁵⁶ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 52 **forts. Önskar mer/mindre idrott (procent), i olika grupper (procent)**

	Jag vill ha mer idrott	Varken mer eller mindre	Mindre än nu	Summa	n
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60 minuter</i>					
Under 7 dagar	47	47	6	100	3623
7 dagar	63	34	3	100	848
<i>Sammansättning hushållet</i>					
Bor med ensam vuxen	46	44	10	100	591
Bor med båda vårdnadshavarna	51	45	4	100	3567
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	48	44	8	100	313
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁶</i>					
Sverige/Annat land i Norden	50	45	5	100	3995
Annat land i Europa	52	44	4	100	204
Land utanför Europa	51	43	6	100	276
<i>Hur många ggr idrott</i>					
1 gång	57	37	6	100	1032
2 gånger	52	43	5	100	2730
3 gånger	34	59	7	100	633
4 gånger eller mer	(22)	(74)	(4)	100	88
<i>Går på fysisk aktivitet på fritiden</i>					
Ja	54	43	3	100	3399
Nej	39	50	11	100	1081
<i>Hur mycket rört sig igår (minuter)</i>					
Inte alls	38	48	14	100	180
Mellan 0-30 minuter	36	54	10	100	508
Mellan 31-60 minuter	45	47	8	100	958

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som uppgett att de går i skola. Frågan lyder "Önskar du att du hade mer eller mindre idrott och hälsa på schemat än du har nu?". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹ Frågan har ställts till alla som i tidigare fråga svarat att de går i skolan.²³⁴⁵⁶ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 53 Hur fysiskt aktiv senaste idrottslektionen var, uppdelat på ålder och geografisk hemvist (procent)

	Nästan hela lektionen var fysiskt aktiv	Ungefär halva lektionen var fysiskt aktiv	Nästa hela lektionen var stillasittande	Summa	n
<i>Samtliga</i>	81	15	4	100	4471
<i>Ålder¹</i>					
6-9 år	88	11	1	100	1435
10-12 år	81	16	3	100	1382
Över 13 år	75	18	7	100	1644
<i>Geografisk hemvist</i>					
Storstad/pendlingskommun	79	17	4	100	1786
Större stad	82	14	4	100	1716
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	83	14	3	100	969

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som uppgett att de går i skola. Frågan lyder "Tänk på den senaste idrottslektionen som du deltog i, hur fysiskt aktiv var den?". Svartalternativen framgår av tabellen. ¹ Frågan har ställts till alla som i tidigare fråga svarat att de går i skolan. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 54 Hur mycket ansträngde sig på senaste idrottslektionen, uppdelat på kön och ålder (procent)

	Det var en lugn lektion	Ansträngde mig inte alls	Ansträngde mig lite	Ansträngde mig ganska mycket	Ansträngde mig mycket	Summa	n
<i>Samtliga</i>	7	1	10	45	37	100	4272
<i>Kön</i>							
Tjej	7	1	11	47	34	100	2057
Kille	7	1	9	43	40	100	2195
<i>Ålder¹</i>							
6-9 år	40	48	8	1	40	100	1394
10-12 år	41	44	9	1	41	100	1327
Över 13 år	33	43	11	2	33	100	1542

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som uppgett att de går i skola samt att de gick på den senaste idrottslektionen. Frågan lyder "Hur mycket ansträngde du dig fysiskt på den lektionen? All aktivitet som får ditt hjärta att slå snabbare och som ibland gör dig andfådd räknas". ¹ Frågan har ställts till alla som i tidigare fråga svarat att de går i skolan. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 55 Andel som gått på senaste idrottslektionen i skolan, i olika grupper (procent)

	Gick på den senaste idrottslektionen	Gick inte på den senaste idrottslektionen	Summa	n
<i>Samtliga</i>	96	4	100	4486
<i>Kön</i>				
Tjej	95	5	100	2175
Kille	96	4	100	2290
<i>Ålder¹</i>				
6-9 år	97	3	100	1397
10-12 år	96	4	100	1385
Över 13 år	94	6	100	1650
<i>Geografisk hemvis²</i>				
Storstad/pendlingskommun	95	5	100	1788
Större stad	95	5	100	1724
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	96	4	100	974
<i>Hushållsinkomst³</i>				
Låg	93	7	100	475
Medel	96	4	100	1553
Hög	96	4	100	2368
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare⁴</i>				
Låg	91	9	100	146
Medel	96	4	100	1391
Hög	96	4	100	2926
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁵</i>				
Arbetar	96	4	100	4065
Arbetslös	(97)	(3)	100	91
Sjuk/Aktivitetsersättning	(93)	(7)	100	76
Studerar	95	5	100	240
Annat	(95)	(5)	100	95

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Gick du på den senaste idrottslektionen i skolan?". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹ Frågan har ställts till alla som i tidigare fråga svarat att de går i skolan. ²³⁴⁵⁶ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 55 forts. Andel som gått på senaste idrottslektionen i skolan, i olika grupper (procent)

	Gick på den senaste idrottslektionen	Gick inte på den senaste idrottslektionen	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>				
Bor med ensam vuxen	92	8	100	591
Bor med båda vårdnadshavarna	96	4	100	3567
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	96	4	100	314
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁶</i>				
Sverige/Annat land i Norden	96	4	100	3996
Annat land i Europa	95	5	100	203
Land utanför Europa	95	5	100	277
<i>Förälders grad av aktivitet på fritiden</i>				
Rör sig inte så mycket	95	5	100	1133
Rör sig regelbundet 30min -1 timme per dag	96	4	100	2853
Hård fysisk aktivitet 1 timme 4-5 ggr per vecka	97	3	100	473
<i>Går på aktivitet på fritiden</i>				
Ja	97	3	100	3398
Nej	92	8	100	1084
<i>Hur mycket rört sig igår (minuter)</i>				
Inte alls	84	16	100	179
Mellan 0-30 minuter	91	9	100	508
Mellan 31-60 minuter	94	6	100	962
Mer än 60 minuter	98	2	100	2832
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60 minuter</i>				
Under 7 dagar	95	5	100	3626
7 dagar	98	2	100	846

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Gick du på den senaste idrottslektionen i skolan?". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹ Frågan har ställts till alla som i tidigare fråga svarat att de går i skolan. ²³⁴⁵⁶ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 56 Anledning till varför inte gick på den senaste idrottslektionen (procent)

Anledning	Antal svar	Procent
<i>Sjuk</i>	114	57
<i>Annat</i>	40	20
<i>Är obekvämlig/ får oro i samband med idrottslektionen</i>	30	15
<i>Skadad</i>	19	10
<i>Jag tycker inte att det är ett viktigt ämne</i>	9	5
<i>Glömt gymkläder</i>	5	3
<i>Ville inte duscha</i>	5	3
<i>Hade inte rätt kläder</i>	2	1
<i>Kommer inte ihåg</i>	2	1
Totalt	200	

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som uppgett att de går i skola samt att de inte gick på den senaste idrottslektionen. Frågan lyder "Vad berodde det på att du inte gick på den senaste idrottslektionen i skolan?". Svarsalternativen framgår av tabellen. Respondenten kunde välja flera alternativ, därav summerar inte tabellen till 100 procent. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 57 Anledning till varför inte ansträngde sig på senaste idrottslektionen (procent)

Anledning	Antal svar	Procent
<i>Annat</i>	243	54
<i>Kommer inte ihåg</i>	80	18
<i>Jag tycker inte att det är ett viktigt ämne</i>	41	9
<i>Ville inte duscha</i>	41	9
<i>Skadad</i>	30	7
<i>Glömt gymkläder</i>	21	5
<i>Hade inte rätt kläder</i>	19	4
<i>Sjuk</i>	20	4
Totalt	448	

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som uppgett att de går i skola samt att de inte ansträngde sig lite/inte alls på den senaste idrottslektionen. Frågan lyder "Vad berodde det på att du inte ansträngde dig så mycket på den senaste idrottslektionen i skolan?". Svarsalternativen framgår av tabellen. Respondenten kunde välja flera alternativ, därav summerar inte tabellen till 100 procent. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 58 Andel som har fysisk aktivitet i skolan utöver idrottsundervisning, uppdelat på kön och (procent)

	Ja	Nej	Summa	n
<i>Samtliga</i>	46	54	100	4577
<i>Kön</i>				
Tjej	46	54	100	2217
Kille	46	54	100	2338
<i>Ålder¹</i>				
6-9 år	71	29	100	1445
10-12 år	51	49	100	1382
Över 13 år	20	80	100	1712

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som uppgett att de går i skolan. Frågan lyder "På din skola, har ni någon fysisk aktivitet förutom idrottsundervisningen som leds av en vuxen eller elev? Exempelvis att ni har morgonympa, att ni gör rörelsepåbaserade aktiviteter i lektionen eller att någon leder en aktivitet på skol-rasten". Svarsalternativen framgår av tabellen. ¹ Frågan har ställts till alla som i tidigare fråga svarat att de går i skolan. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 59 Andel som har fysisk aktivitet på fritids, uppdelat på kön och ålder (procent)

	Ja	Nej	Summa	n
<i>Samtliga</i>	72	28	100	1511
<i>Kön</i>				
Tjej	76	24	100	702
Kille	69	31	100	806
<i>Ålder¹</i>				
6-9 år	75	25	100	1225
10-12 år	64	36	100	276
Över 13 år	(57)	(43)	100	7

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som uppgett att de går på fritids. Frågan lyder "På ditt fritids, har ni någon fysisk aktivitet som leds av en vuxen, till exempel gympa, idrott, dans?". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹ Frågan har ställts till alla som i tidigare fråga svarat att de går på fritids. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 60 Andel som har fysisk aktivitet i förskolan, uppdelat på kön och ålder (procent)

	Ja	Nej	Summa	n
<i>Samtliga</i>	76	24	100	1332
<i>Kön</i>				
Tjej	78	22	100	656
Kille	73	27	100	671
<i>Ålder¹</i>				
4 år	70	30	100	330
5 år	67	33	100	549
6 år	90	10	100	447

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och som uppgett att de går på förskola. Frågan lyder "På din förskola, har ni någon fysisk aktivitet som leds av en vuxen, till exempel gympa, idrott, dans?". Svarsalternativen framgår av tabellen. ¹ Frågan har ställts till alla som i tidigare fråga svarat att de går på förskola. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 61 Färdsätt till skola/förskola, i olika grupper (procent)

	Gått	Cykat	Åkt sparkcykel	Åkt moppe	Åkt A-traktor/ mopedbil	Åkt elscooter/ elsparkcykel	Åkt bil	Åkt kommunalt	Tagit dig på annat sätt	Summa	n
<i>Samtliga</i>	30	21	1	1	1	0	25	18	3	100	6015
<i>Kön</i>											
Tjej	30	18	1	1	1	0	25	21	3	100	2937
Kille	30	23	1	1	1	0	25	16	3	100	3051
<i>Ålder</i>											
4-6 år	27	17	2	0	0	0	47	3	4	100	1401
7-9 år	35	17	2	0	0	0	36	7	3	100	1404
10-12 år	39	28	1	0	0	0	13	17	2	100	1386
Över 13 år	23	20	0	3	2	1	8	40	3	100	1812
<i>Geografisk hemvist¹</i>											
Storstad/ pendlingskommun	39	18	1	1	0	1	17	20	3	100	2381
Större stad	27	23	1	1	1	0	27	17	3	100	2297
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	21	21	1	1	1	0	34	18	3	100	1337
<i>Hushållsinkomst²</i>											
Låg	31	16	1	0	1	1	24	23	3	100	681
Medel	28	18	1	1	1	0	29	19	3	100	2130
Hög	31	24	1	2	1	0	22	16	3	100	3100

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på veckan som gått, hur har du oftast tagit dig till och från skolan? ". Svarsalternativen framgår av tabellen. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 61 forts. Färd sätt till skola/förskola, i olika grupper (procent)

	Gått	Cykat	Åkt sparkcykel	Åkt moppe	Åkt A-traktor/ mopedbil	Åkt elscooter/ elsparkcykel	Åkt bil	Åkt kommunalt	Tagit dig på annat sätt	Summa	n
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>											
Låg	34	17	2	1	0	2	17	24	3	100	188
Medel	27	15	1	2	1	1	28	22	3	100	1862
Hög	32	23	1	1	1	0	23	16	3	100	3942
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>											
Arbetar	30	21	1	1	1	0	25	18	3	100	5450
Arbetslös	33	14	0	0	1	1	22	26	3	100	118
Sjuk/Aktivitetsersättning	26	22	2	1	3	2	20	20	4	100	100
Studerar	34	16	1	1	1	1	29	16	1	100	352
Annat	28	16	1	0	1	2	18	27	7	100	122
<i>Sammanställning hushållet</i>											
Bor med ensam vuxen	31	17	1	2	1	1	19	24	4	100	714
Bor med båda vårdnadshavarna	30	21	1	1	1	0	26	17	3	100	4920
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	27	19	1	1	2	0	21	27	2	100	363
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>											
Sverige/Annat land i Norden	30	21	1	1	1	0	26	17	3	100	5377
Annat land i Europa	31	16	3	0	0	0	25	23	2	100	261
Land utanför Europa	39	14	1	0	0	2	13	29	2	100	367
<i>Hur lång tid enkel väg till skolan</i>											
Mindre än 10 minuter	35	23	1	1	0	1	32	5	2	100	3064
Mellan 10-20 minuter	32	23	1	1	1	0	21	18	3	100	2015
Mellan 20- 30 minuter	19	9	0	1	2	0	12	52	5	100	529
Mer än 30 minuter	6	1	0	1	1	0	4	80	7	100	403

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på veckan som gått, hur har du oftast tagit dig till och från skolan? ". Svarsalternativen framgår av tabellen. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 62 Skillnader i restid bland dem som åkt bil, i olika grupper (procent)

	<u>Resväg</u>		Summa	n
	Mer än 10 min	Mindre än 10 min		
<i>Samtliga</i>	34	66	100	1471
<i>Kön</i>				
Tjej	36	64	100	723
Kille	32	68	100	743
<i>Ålder</i>				
4-6 år	27	73	100	652
7-9 år	28	72	100	499
10-12 år	49	51	100	177
Över 13 år	65	35	100	141
<i>Geografisk hemvist</i>				
Storstad/pendlingskommun	32	68	100	401
Större stad	35	65	100	629
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	33	67	100	441
<i>Hushållsinkomst</i>				
Låg	38	62	100	159
Medel	37	63	100	604
Hög	30	70	100	689
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare</i>				
Låg	(45)	(55)	100	31
Medel	34	66	100	522
Hög	33	67	100	915
<i>Sysselsättning vårdnadshavare</i>				
Arbetar	33	67	100	1341
Arbetslös	(42)	(58)	100	26
Sjuk/Aktivitetsersättning	(35)	(65)	100	20
Studerar	40	60	100	104
Annat	(45)	(55)	100	22
<i>Sammansättning hushållet</i>				
Bor med ensam vuxen	45	55	100	136
Bor med båda vårdnadshavarna	32	68	100	1260
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	(51)	(49)	100	74
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>				
Sverige/Annat land i Norden	34	66	100	1359
Annat land i Europa	(34)	(66)	100	64
Land utanför Europa	(30)	(70)	100	47

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "du sa att du oftast åkt bil till skolan/förskolan. Hur lång tid brukar det ta?". Svartalternativen är "Mindre än 10 minuter", "10-20 minuter", "20-30 minuter" och "Mer än 30 minuter". I tabellen är svartalternativen "10-20 minuter", "20-30 minuter" och "Mer än 30 minuter" sammanslagna. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer.¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 63 Tagit sig till skolan på aktivt sätt eller ej, efter ålder (procent)

	Tagit sig aktivt till skolan (cykel, gått eller åkt sparkcykel)	Ej tagit sig på aktivt sätt	Summa	n
<i>Samtliga</i>	47	53	100	5829
<i>Ålder</i>				
4-6 år	53	47	100	1339
7-9 år	45	55	100	1359
10-12 år	31	69	100	1357
Över 13 år	55	45	100	1762

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på veckan som gått, hur har du oftast tagit dig till och från skolan? ". I kategorin "Ej tagit sig på aktivt" sätt ingår kategorierna Åkt moppe; Åkt A-traktor/mopedbil; Åkt elscooter/elsparkcykel; Åkt bil; Åkt kommunalt samt Tagit dig på annat sätt **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 64 Andel som rört sig och/eller ätit enligt rekommendationerna, i olika grupper (procent)

	Varken ätit enligt kostråden eller rört sig i mer än 60 min igår	Antingen ätit enligt kostråden eller rört sig i mer än 60 min igår	Både ätit enligt kostråden och rört sig i mer än 60 min igår	Summa	n
<i>Samtliga</i>	33	60	7	100	5701
<i>Kön</i>					
Tjej	37	56	7	100	2803
Kille	29	63	8	100	2872
<i>Ålder</i>					
4-6 år	29	62	9	100	1354
7-9 år	29	62	9	100	1357
10-12 år	30	62	8	100	1309
Över 13 år	43	53	4	100	1672
<i>Geografisk hemvist¹</i>					
Storstad/pendlingskommun	32	60	8	100	2272
Större stad	34	59	7	100	2158
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	35	59	6	100	1271
<i>Hushållsinkomst²</i>					
Låg	43	51	6	100	640
Medel	37	57	6	100	1999
Hög	28	64	8	100	2967
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>					
Låg	51	45	4	100	178
Medel	38	57	5	100	1705
Hög	30	62	8	100	3798
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>					
Arbetar	32	61	7	100	5167
Arbetslös	48	45	7	100	113
Sjuk/Aktivitetsersättning	43	51	6	100	95
Studerar	35	58	7	100	339
Annat	50	43	7	100	111

Kommentar: Tabellen bygger på frågor om barnens frukt och grönt samt fiskkonsumtion samt en fråga om fysisk aktivitet. För frågornas lydelse se tabell 7, 13, 15, 16 och 37. En hel frukt beräknas väga 120 gram. Rekommenderad mängd frukt är 500g för barn 10 år eller äldre och 400g för barn som är yngre än 10 år. Rekommenderad mängd fisk-konsumtion är här två-tre dagar senaste veckan eller mer. Rekommenderad mängd fysisk aktivitet är 60 min per dag. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 64 forts. Andel som rört sig och/eller ätit enligt rekommendationerna, i olika grupper (procent)

	<i>Varken ätit enligt kostråden eller rört sig i mer än 60 min igår</i>	<i>Antingen ätit enligt kostråden eller rört sig i mer än 60 min igår</i>	<i>Både ätit enligt kostråden och rört sig i mer än 60 min igår</i>	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>					
Bor med ensam vuxen	43	51	6	100	662
Bor med båda vårdnadshavarna	31	61	8	100	4699
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	40	56	4	100	325
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>					
Sverige/Annat land i Norden	32	61	7	100	5093
Annat land i Europa	35	54	11	100	247
Land utanför Europa	49	45	6	100	354
<i>Förälders grad av aktivitet på fritiden</i>					
Rör sig inte så mycket	40	56	4	100	1421
Rör sig regelbundet 30min -1 timme per dag	32	60	8	100	3687
Hård fysisk aktivitet 1 timme 4-5 ggr per vecka	26	62	12	100	567
<i>Går på aktivitet på fritiden</i>					
Ja	27	65	8	100	4234
Nej	53	43	4	100	1454

Kommentar: Tabellen bygger på frågor om barnens frukt och grönt samt fiskkonsumtion samt en fråga om fysisk aktivitet. För frågornas lydelser se tabell 7, 13, 15, 16 och 37. En hel frukt beräknas väga 120gram. Rekommenderad mängd frukt är 500g för barn 10 år eller äldre och 400g för barn som är yngre än 10 år. Rekommenderad mängd fisk-konsumtion är här två-tre dagar senaste veckan eller mer. Rekommenderad mängd fysisk aktivitet är 60 min per dag.¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 65 Andel som rört sig och/eller ätit enligt rekommendationerna, uppdelat på kön och ålder (procent)

	<i>Varken</i> ätit enligt kostråden <i>eller</i> rört sig i mer än 60 min igår	<i>Antingen</i> ätit enligt kostråden <i>eller</i> rört sig i mer än 60 min igår	<i>Både</i> ätit enligt kostråden <i>och</i> rört sig i mer än 60 min igår	Summa	n
<i>Samtliga</i>	33	60	7	100	5701
<i>Tjej</i>					
4-6 år	32	60	8	100	669
7-9 år	31	61	8	100	649
10-12 år	34	57	9	100	609
Över 13 år	47	49	4	100	873
<i>Kille</i>					
4-6 år	26	64	10	100	680
7-9 år	27	63	10	100	702
10-12 år	26	67	7	100	694
Över 13 år	38	57	5	100	791

Kommentar: Tabellen bygger på frågor om barnens frukt och grönt samt fiskkonsumtion samt en fråga om fysisk aktivitet. För frågornas lydelser se tabell 7, 13, 15, 16 och 37. En hel frukt beräknas väga 120gram. Rekommenderad mängd frukt är 500g för barn 10 år eller äldre och 400 g för barn som är yngre än 10 år. Rekommenderad mängd fisk-konsumtion är här två-tre dagar senaste veckan eller mer. Rekommenderad mängd fysisk aktivitet är 60 min per dag. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 66 Andel som rört sig och/eller ätit enligt rekommendationerna, i olika grupper (procent)

	Varken ätit enligt rekommendationerna eller rört sig i mer än 60 min varje dag senaste veckan	Antingen ätit enligt rekommendationerna eller rört sig i mer än 60 min varje dag senaste veckan	Både ätit enligt rekommendationerna och rört sig i mer än 60 min varje dag senaste veckan	Summa	n
<i>Samtliga</i>	71	25	4	100	5693
<i>Kön</i>					
Tjej	75	22	3	100	2803
Kille	68	28	4	100	2864
<i>Ålder</i>					
4-6 år	60	35	5	100	1358
7-9 år	67	29	4	100	1352
10-12 år	73	23	4	100	1306
Över 13 år	85	14	1	100	1668
<i>Geografisk hemvist¹</i>					
Storstad/pendlingskommun	71	25	4	100	2267
Större stad	72	25	3	100	2155
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	73	24	3	100	1271
<i>Hushållsinkomst²</i>					
Låg	74	23	3	100	637
Medel	74	23	3	100	1996
Hög	69	27	4	100	2966
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>					
Låg	78	21	1	100	175
Medel	76	21	3	100	1705
Hög	69	27	4	100	3794
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>					
Arbetar	71	25	4	100	5165
Arbetslös	75	23	2	100	110
Sjuk/Aktivitetsersättning	73	23	4	100	94
Studerar	70	26	4	100	337
Annat	71	25	4	100	111

Kommentar: Tabellen bygger på frågor om barnens frukt och grönt samt fiskkonsumtion samt en fråga om fysisk aktivitet. För frågornas lydelser se tabell 7, 13, 15, 16 och 39. En hel frukt beräknas väga 120 gram. Rekommenderad mängd frukt är 500g för barn 10 år eller äldre och 400g för barn som är yngre än 10 år. Rekommenderad mängd fisk-konsumtion är här två-tre dagar senaste veckan eller mer. Rekommenderad mängd fysisk aktivitet är 60 min per dag.¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 66 forts. Andel som rört sig och/eller ätit enligt rekommendationerna, i olika grupper (procent)

	<i>Varken ätit enligt rekommendationerna eller rört sig i mer än 60 min varje dag senaste veckan</i>	<i>Antingen ätit enligt rekommendationerna eller rört sig i mer än 60 min varje dag senaste veckan</i>	<i>Både ätit enligt rekommendationerna och rört sig i mer än 60 min varje dag senaste veckan</i>	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>					
Bor med ensam vuxen	80	18	2	100	660
Bor med båda vårdnadshavarna	70	26	4	100	4694
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	78	20	2	100	323
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>					
Sverige/Annat land i Norden	71	25	4	100	5093
Annat land i Europa	72	23	5	100	245
Land utanför Europa	73	24	3	100	348
<i>Förälders grad av aktivitet på fritiden</i>					
Rör sig inte så mycket	77	21	2	100	1416
Rör sig regelbundet 30min -1 timme per dag	70	26	4	100	3689
Hård fysisk aktivitet 1 timme 4-5 ggr per vecka	65	29	6	100	563
<i>Går på aktivitet på fritiden</i>					
Ja	69	27	4	100	4237
Nej	79	19	2	100	1451

Kommentar: Tabellen bygger på frågor om barnens frukt och grönt samt fiskkonsumtion samt en fråga om fysisk aktivitet. För frågornas lydelse se tabell 7, 13, 15, 16 och 39. En hel frukt beräknas väga 120gram. Rekommenderad mängd frukt är 500g för barn 10 år eller äldre och 400g för barn som är yngre än 10 år. Rekommenderad mängd fisk-konsumtion är här två-tre dagar senaste veckan eller mer. Rekommenderad mängd fysisk aktivitet är 60 min per dag. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 67 Andel som rört sig och/eller ätit enligt rekommendationerna, uppdelat på kön och ålder (procent)

	<i>Varken ätit enligt rekommendationerna eller rört sig i mer än 60 min varje dag senaste veckan</i>	<i>Antingen ätit enligt rekommendationerna eller rört sig i mer än 60 min varje dag senaste veckan</i>	<i>Både ätit enligt rekommendationerna och rört sig i mer än 60 min varje dag senaste veckan</i>	Summa	n
<i>Samtliga</i>	71	25	4	100	5693
<i>Tjej</i>					
4-6 år	63	32	5	100	671
7-9 år	70	28	2	100	648
10-12 år	77	18	5	100	609
Över 13 år	87	11	2	100	872
<i>Kille</i>					
4-6 år	55	39	6	100	682
7-9 år	65	30	5	100	698
10-12 år	68	28	4	100	691
Över 13 år	81	18	1	100	788

Kommentar: Tabellen bygger på frågor om barnens frukt och grönt samt fiskkonsumtion samt en fråga om fysisk aktivitet. För frågornas lydelser se tabell 7, 13, 15, 16 och 39. En hel frukt beräknas väga 120gram. Rekommenderad mängd frukt är 500g för barn 10 år eller äldre och 400 g för barn som är yngre än 10 år. Rekommenderad mängd fisk-konsumtion är här två-tre dagar senaste veckan eller mer. Rekommenderad mängd fysisk aktivitet är 60 min per dag. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Skärmtid och sömn

Tabell 68 Hur länge satt stilla framför skärm igår, i olika grupper (procent)

	Inte alls	Mindre än en timma	1-2 timmar	3-4 timmar	5 timmar eller mer	Summa	n
<i>Samtliga</i>	3	14	40	31	12	100	6018
<i>Kön</i>							
Tjej	3	16	40	30	11	100	2937
Kille	2	13	41	31	13	100	3054
<i>Ålder</i>							
4-6 år	4	27	56	12	1	100	1404
7-9 år	4	19	49	24	4	100	1402
10-12 år	1	9	39	39	12	100	1386
Över 13 år	1	4	25	44	26	100	1814
<i>Geografisk hemvist¹</i>							
Storstad/pendlingskommun	3	15	39	31	12	100	2379
Större stad	2	13	42	31	12	100	2298
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	2	16	40	31	11	100	1341
<i>Hushållsinkomst²</i>							
Låg	4	17	42	25	12	100	678
Medel	2	15	40	32	11	100	2135
Hög	2	14	41	31	12	100	3100
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>							
Låg	4	17	40	26	13	100	186
Medel	2	14	39	31	14	100	1860
Hög	3	15	41	30	11	100	3950
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>							
Arbetar	2	14	41	31	12	100	5454
Arbetslös	8	11	41	25	15	100	117
Sjuk/Aktivitetsersättning	(4)	(6)	(40)	(34)	(16)	100	99
Studerar	4	17	40	30	9	100	353
Annat	3	22	39	23	13	100	123

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på igår, ungefär hur lång tid satt du sammanlagt framför en skärm utöver lektionstid, alltså mobil, tv, datorskärm, surfplatta?". Svarsalternativen är "Inte alls", "Mindre än en timma", "1-2 timmar", "3-4 timmar", "5-6 timmar" och "7 timmar eller mer". I tabellen är svarsalternativen "5-6 timmar" och "7 timmar eller mer" sammanslagna. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵
För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 68 **forts. Hur länge satt stilla framför skärm igår, alternativ indelning, i olika grupper (procent)**

	Inte alls	Mindre än en timma	1-2 timmar	3-4 timmar	5 timmar eller mer	Summa	n
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60 minuter</i>							
Under 7 dagar	2	12	38	34	14	100	4666
7 dagar	4	22	50	20	4	100	1331
<i>Går på aktivitet på fritiden</i>							
Ja	3	15	43	30	9	100	4413
Nej	3	12	33	32	20	100	1599
<i>Sammansättning hushållet</i>							
Bor med ensam vuxen	2	11	33	35	19	100	714
Bor med båda vårdnadshavarna	3	15	42	29	11	100	4923
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	2	9	33	38	18	100	362
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>							
Sverige/Annat land i Norden	2	14	41	31	12	100	5383
Annat land i Europa	4	12	40	32	12	100	260
Land utanför Europa	3	16	37	26	18	100	366
<i>Förälders grad av aktivitet på fritiden</i>							
Rör sig inte så mycket	2	13	39	31	15	100	1534
Rör sig regelbundet 30min -1 timme per dag	3	14	42	30	11	100	3867
Hård fysisk aktivitet 1 timme 4-5 ggr per vecka	2	18	39	30	11	100	587
<i>Var det helg igår</i>							
Nej	3	15	41	30	11	100	4413
Ja	2	11	37	33	17	100	1599
<i>Hur mycket rört sig igår (minuter)</i>							
Inte alls	2	8	19	28	43	100	232
Mellan 0-30 minuter	2	9	27	37	25	100	670
Mellan 31-60 minuter	3	13	38	32	14	100	1282
Mer än 60 minuter	3	16	45	29	7	100	3815

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på igår, ungefär hur lång tid satt du sammanlagt framför en skärm utöver lektionstid, alltså mobil, tv, datorskärm, surfplatta?". Svarsalternativen är "Inte alls", "Mindre än en timma", "1-2 timmar", "3-4 timmar", "5-6- timmar" och "7 timmar eller mer". I tabellen är svarsalternativen "5-6 timmar" och "7 timmar eller mer" sammanslagna. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 69 Ungefär antal timmar sömn på vardagar, i olika grupper (procent)

	Under 8 timmar	Mellan 8-9 timmar	Mellan 9-10 timmar	Mellan 10-11 timmar	Mellan 11-12 timmar	Över 12 timmar	Summa	n
<i>Samtliga</i>	14	9	24	33	18	2	100	5976
<i>Kön</i>								
Tjej	17	9	23	31	19	1	100	2920
Kille	11	9	25	35	18	2	100	3029
<i>Ålder</i>								
4-6 år	1	1	4	38	51	5	100	1397
7-9 år	0	0	16	60	23	1	100	1397
10-12 år	4	7	47	39	3	0	100	1378
Över 13 år	44	24	28	4	0	0	100	1795
<i>Geografisk hemvist¹</i>								
Storstad/pendlingskommun	15	9	24	32	18	2	100	2364
Större stad	14	9	24	35	17	1	100	2285
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	12	9	25	33	19	2	100	1327
<i>Hushållsinkomst²</i>								
Låg	14	7	20	34	21	4	100	663
Medel	14	8	25	33	18	2	100	2125
Hög	14	10	24	33	18	1	100	3087
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>								
Låg	20	11	25	26	13	5	100	180
Medel	16	10	25	30	17	2	100	1845
Hög	13	9	23	35	19	1	100	3929
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>								
Arbetar	14	9	24	34	18	1	100	5425
Arbetslös	16	13	21	31	13	6	100	113
Sjuk/Aktivitetsersättning	(26)	(11)	(25)	(24)	(13)	(1)	100	97
Studerar	11	7	18	35	26	3	100	349
Annat	18	8	26	29	13	6	100	119

Kommentar: Tabellen bygger på två frågor ställda till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Ungefär vilken tid brukar du gå upp de dagar du ska till skolan/förskolan?" och "Ungefär vilken tid brukar du gå och lägga dig de dagar du ska upp till skolan/förskolan nästa morgon?". Svarsalternativen på frågan om när en gått upp varierar mellan 05 och 08, med 30 min intervall. Svarsalternativen på frågan om när en gått och lagt sig varierar mellan 18 och 02, med 30 min intervall. Sovtiden har räknats fram genom tiden som en gått upp minus tiden som en gått och lagt sig. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 69 **forts. Ungefär antal timmar sömn på vardagar, i olika grupper (procent)**

	Under 8 timmar	Mellan 8-9 timmar	Mellan 9-10 timmar	Mellan 10-11 timmar	Mellan 11-12 timmar	Över 12 timmar	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>								
Bor med ensam vuxen	21	13	28	27	9	2	100	709
Bor med båda vårdnadshavarna	12	8	23	35	20	2	100	4889
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	25	11	26	28	9	1	100	360
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>								
Sverige/Annat land i Norden	13	9	24	33	19	2	100	5353
Annat land i Europa	19	8	25	38	8	2	100	258
Land utanför Europa	19	12	24	30	12	3	100	356
<i>Går på aktivitet på fritiden</i>								
Ja	11	9	24	37	18	1	100	4393
Nej	21	10	24	26	17	2	100	1578
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60 minuter</i>								
Under 7 dagar	16	10	25	32	16	1	100	4630
7 dagar	7	5	20	39	27	2	100	1325

Kommentar: Tabellen bygger på två frågor ställda till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Ungefär vilken tid brukar du gå upp de dagar du ska till skolan/förskolan?" och "Ungefär vilken tid brukar du gå och lägga dig de dagar du ska upp till skolan/förskolan nästa morgon?". Svarsalternativen på frågan om när en gått upp varierar mellan 05 och 08, med 30 min intervall. Svarsalternativen på frågan om när en gått och lagt sig varierar mellan 18 och 02, med 30 min intervall. Sovtiden har räknats fram genom tiden som en gått upp minus tiden som en gått och lagt sig.¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 70 Ungefär antal timmar sömn på helger/loven, i olika grupper (procent)

	Under 8 timmar	Mellan 8-9 timmar	Mellan 9-10 timmar	Mellan 10-11 timmar	Mellan 11-12 timmar	Över 12 timmar	Summa	n
<i>Samtliga</i>	4	4	22	38	26	6	100	5956
<i>Kön</i>								
Tjej	4	5	20	37	27	7	100	2911
Kille	3	4	25	38	25	5	100	3021
<i>Ålder</i>								
4-6 år	1	1	6	34	48	10	100	1396
7-9 år	1	2	18	45	29	5	100	1393
10-12 år	3	4	31	40	18	4	100	1373
Över 13 år	10	9	32	31	14	4	100	1784
<i>Geografisk hemvist¹</i>								
Storstad/pendlingskommun	4	5	23	37	26	5	100	2351
Större stad	4	4	21	39	26	6	100	2278
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	3	4	23	36	28	6	100	1327
<i>Hushållsinkomst²</i>								
Låg	5	4	17	32	32	10	100	657
Medel	4	4	21	38	27	6	100	2116
Hög	4	5	24	38	25	4	100	3084
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>								
Låg	6	3	21	35	25	10	100	179
Medel	5	5	22	35	27	6	100	1838
Hög	3	4	23	39	26	5	100	3917
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>								
Arbetar	4	5	23	37	26	5	100	5407
Arbetslös	7	4	18	29	33	9	100	114
Sjuk/Aktivitetsersättning	(11)	(3)	(20)	(35)	(24)	(7)	100	94
Studerar	3	5	19	36	29	8	100	347
Annat	6	4	25	25	31	9	100	118

Kommentar: Tabellen bygger på två frågor ställda till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Ungefär vilken tid brukar du gå upp på helgerna eller på loven?" och "Ungefär vilken tid brukar du gå och lägga dig på helgerna eller loven?". Svartalternativen på frågan om när en gått upp varierar mellan 05 och 14, med 30 min intervall. Svartalternativen på frågan om när en gått och lagt sig varierar mellan 18 och 04, med 30 min intervall. Sovtiden har räknats fram genom tiden som en gått upp minus tiden som en gått och lagt sig. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵
För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 70 forts. Ungefär antal timmar sömn på helger/loven, i olika grupper (procent)

	Under 8 timmar	Mellan 8-9 timmar	Mellan 9-10 timmar	Mellan 10-11 timmar	Mellan 11-12 timmar	Över 12 timmar	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>								
Bor med ensam vuxen	6	6	23	37	23	5	100	703
Bor med båda vårdnadshavarna	3	4	22	38	27	6	100	4880
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	4	7	24	37	20	8	100	356
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>								
Sverige/Annat land i Norden	4	4	23	37	26	6	100	5336
Annat land i Europa	4	5	20	40	25	6	100	255
Land utanför Europa	6	6	19	36	26	7	100	357
<i>Går på aktivitet på fritiden</i>								
Ja	3	4	23	39	26	5	100	4378
Nej	6	6	20	33	29	6	100	1574
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60 minuter</i>								
Under 7 dagar	4	5	24	37	25	5	100	4613
7 dagar	2	3	19	39	31	6	100	1323

Kommentar: Tabellen bygger på två frågor ställda till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Ungefär vilken tid brukar du gå upp på helgerna eller på loven?" och "Ungefär vilken tid brukar du gå och lägga dig på helgerna eller loven?". Svarsalternativen på frågan om när en gått upp varierar mellan 05 och 14, med 30 min intervall. Svarsalternativen på frågan om när en gått och lagt sig varierar mellan 18 och 04, med 30 min intervall. Sovtiden har räknats fram genom tiden som en gått upp minus tiden som en gått och lagt sig. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 71 Hur många gånger vaknat av mobiltelefon, i olika grupper (procent)

	Ingen gång	1-2 gånger	3-4 gånger	Mer än 4 gånger	Jag har ingen mobiltelefon	Vet inte	Vill ej uppge	Summa	n
<i>Samtliga</i>	74	2	0	0	23	1	0	100	6016
<i>Kön</i>									
Tjej	75	2	0	0	22	1	0	100	2933
Kille	74	2	0	0	23	1	0	100	3056
<i>Ålder</i>									
4-6 år	38	1	0	0	61	0	0	100	1404
7-9 år	65	1	0	0	34	0	0	100	1403
10-12 år	96	2	0	0	1	1	0	100	1384
Över 13 år	94	3	1	1	0	1	0	100	1813
<i>Geografisk hemvist¹</i>									
Storstad/pendlingskommun	75	2	0	0	22	1	0	100	2378
Större stad	75	2	0	0	22	1	0	100	2296
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	74	2	0	0	24	0	0	100	1342
<i>Hushållsinkomst²</i>									
Låg	70	5	1	2	19	3	0	100	676
Medel	74	2	0	0	24	0	0	100	2137
Hög	77	1	0	0	22	0	0	100	3099
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>									
Låg	76	5	2	5	8	3	1	100	186
Medel	78	3	0	0	18	1	0	100	1862
Hög	74	1	0	0	25	0	0	100	3946
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>									
Arbetar	74	2	0	0	23	1	0	100	5453
Arbetslös	73	3	0	3	19	2	0	100	117
Sjuk/Aktivitetsersättning	(80)	(3)	(3)	(3)	(7)	(4)	(0)	100	99
Studerar	71	3	0	1	24	1	0	100	353
Annat	73	8	1	1	15	2	0	100	123

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på natten till idag, hur många gånger vaknade du av din mobiltelefon?". Svarsalternativen framgår av tabellen. Resultat inom parentes bygger på svarstal under 100 personer. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 71 **forts. Hur många gånger vaknat av mobiltelefon, i olika grupper (procent)**

	Ingen gång	1-2 gånger	3-4 gånger	Mer än 4 gånger	Jag har ingen mobiltelefon	Vet inte	Vill ej uppge	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>									
Bor med ensam vuxen	80	4	1	1	13	1	0	100	715
Bor med båda vårdnadshavarna	72	2	0	0	25	1	0	100	4921
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	86	2	0	1	9	2	0	100	362
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>									
Sverige/Annat land i Norden	73	2	0	0	24	1	0	100	5384
Annat land i Europa	78	3	1	0	17	1	0	100	259
Land utanför Europa	75	7	1	4	10	2	1	100	364
<i>Var det helg igår</i>									
Nej	75	2	0	0	22	1	0	100	4632
Ja	74	2	0	0	23	1	0	100	1384
<i>Går på aktivitet på fritiden</i>									
Ja	75	2	0	0	23	0	0	100	4410
Nej	72	3	1	1	22	1	0	100	1600
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60 minuter</i>									
Under 7 dagar	78	2	0	0	19	1	0	100	4663
7 dagar	66	1	0	0	33	0	0	100	1331

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Tänk på natten till idag, hur många gånger vaknade du av din mobiltelefon?". Svarsalternativen framgår av tabellen.¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

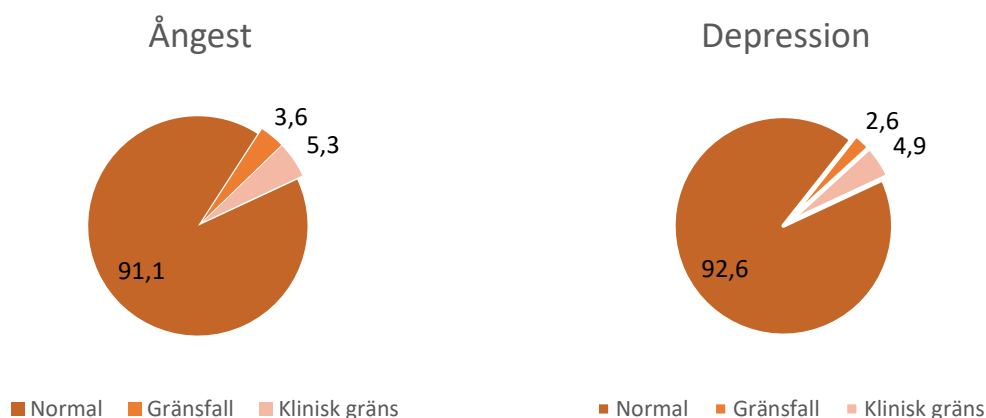
Psykisk ohälsa

Det finns många indikationer på att den psykiska ohälsan för barn och unga har ökat de senaste decennierna. Samtidigt finns det många olika begrepp och definitioner att hålla reda på, samt olika sätt att mäta psykisk ohälsa vilket leder till att det kan vara svårt att få en enhetlig bild av kunskapsläget (1). I Sverige saknas det tillförlitliga underlag för att kunna bedöma omfattningen av psykisk ohälsa bland barn och unga – i synnerhet i normalpopulationen (vilket också benämns prevalens).

Årets tema i Pep-rapporten 2021 är psykisk ohälsa och vi presenterar resultaten baserat på ett instrument som heter Revised Child Anxiety and Depression Scale (RCADS) (2). Det är ett tillförlitligt instrument som fungerar väl i många olika sammanhang (3). Då många psykologiska instrument är resurs- och tidskrävande valde vi den korta versionen av RCADS som mäter symptom av ångest och depression med hjälp av 25 frågor (4). Nedan presenterar vi några utvalda resultat baserat på den version av RCADS som barnen själva fyller i (RCADS-25-C) och det är endast barn och ungdomar mellan 8 och 17 år som vi redovisar. De huvudsakliga resultaten presenteras översiktligt i figurerna nedan samt i tabellform i slutet av detta stycke (tabell 72 till 75).

Vid en summering och standardisering av poängen på RCADS-skalan framgår det att vårt urval är att betrakta som normalt, det vill säga de allra flesta barn och ungdomar ligger under de gränsvärden som skulle kunna indikera psykisk ohälsa (Figur 3). En högre poäng innebär att det finns en upplevelse av flera olika eller oftare förekommande symptom. Det är också viktigt att poängtera att det här instrumentet ofta är en första del för att utreda psykisk ohälsa och att eventuella skillnader mellan grupper som vi presenterar nedan inte handlar om sjuklighet, snarare att det kan finnas en sårbarhet som speglas i upplevda svårigheter eller besvär. Resultaten från RCADS och Pep-rapporten 2021 indikerar helt enligt förväntan att symptom på ångest verkar vara vanligare än symptom på depression hos barn och unga, då det är något fler som ligger över gränsvärdena för ångest jämfört med depression.

Figur 3 Gränsvärden ångest och depression, hela urvalet, procent

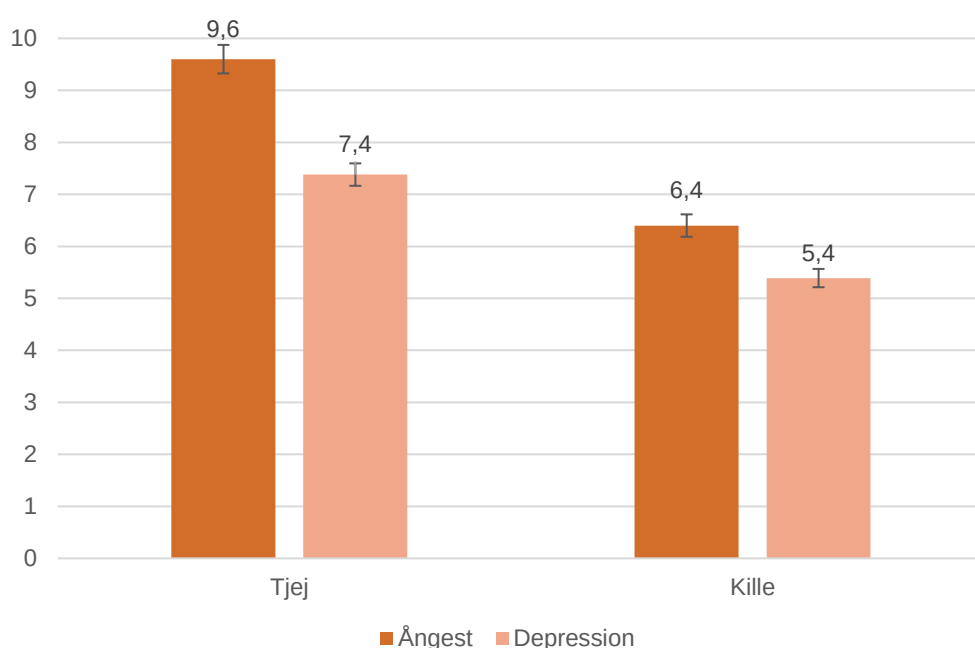


Kommentar: Figuren är baserad på 25 frågor ställda till barnet som deltar i undersökningen och som är över 8 år. Frågorna lyder "Markera det ord som bäst beskriver hur ofta varje påstående stämmer in på dig" - följt av 25 påståenden som mäter symptom av ångest och depression. Svarsalternativen lyder "Aldrig", "Ibland", "Ofta" samt "Alltid". Se tabell 72 och 73 för påståendernas lydelse. Gränsvärden baseras på en standardiserad poäng (T-poäng) och hur många som procentuellt hamnar inom förutbestämda gränsvärden ("Normal" = under 65, "Gränsfall" = större eller lika med 65 och mindre än 70, "Klinisk gräns" = större eller lika med 70). Minst antal svarande är 3 961. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Totalt är det färre än 1 av 10 som ligger över gränsvärdena och cirka 1 av 20 som eventuellt lider av psykisk ohälsa. De här resultaten kan jämföras med en meta-analys (5) som sammanställt och vägt ihop 41 olika studier (baserat på många olika metoder och instrument) där en global prevalens av ångest (6,5 %) och depression (2,6 %) rapporteras för barn och unga.

Om vi undersöker grad av ångest och depression mellan tjejer och killar ser vi att tjejer skattar sig något högre generellt – det vill säga, de upplever fler eller oftare olika symptom på både ångest och depression jämfört med killar (Figur 4). Denna skillnad är helt enligt förväntan då tjejer generellt brukar indikera en något högre grad av psykisk ohälsa, vilket ofta verkar vara oberoende av mätmetod eller datakälla (1).

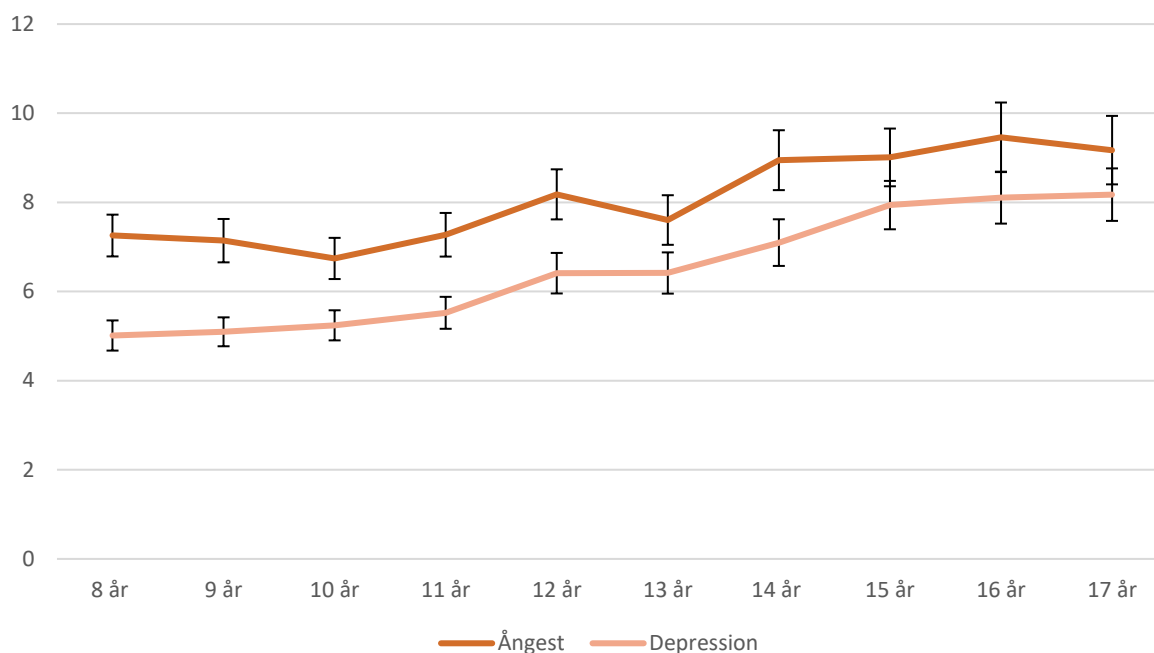
Figur 4 Ångest och depression – Medelvärde råpoäng över kön (95% KI)



Kommentar: Figuren är baserad på 25 frågor ställda till barnet som deltar i undersökningen och som är över 8 år. Frågorna lyder "Markera det ord som bäst beskriver hur ofta varje påstående stämmer in på dig" - följt av 25 påståenden som mäter symptom av ångest och depression. Svarsalternativen lyder "Aldrig", "Ibland", "Ofta" samt "Alltid". Se tabell 72 och 73 för påståendenas lydelse. Eventuella signifikanta skillnader framgår av figuren. Differensen i medelvärde mellan grupper kan jämföras med den totala råpoängen och standardavvikelsen för ångest ($M = 8$, $SD = 5,9$) samt depression ($M = 6,4$, $SD = 4,7$). Minst antal svarande är 3 961. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Vidare är det tydligt att den breda psykiska ohälsan bland barn och unga ökar med högre ålder, vilket inkluderar lättare psykiska besvär till faktisk sjukdomsbörda (1). Två översiktsartiklar presenterar hur ångest (6) och depression (7) i regel utvecklas under tidigare år – främst under tonåren – och därefter riskerar att fortsätta in i de tidiga vuxenåren. I resultaten från Pep-rapporten 2021 ser vi ett tydligt mönster i att både ångest och depressionssymptom ökar med stigande ålder samt att symptom av ångest verkar vara vanligare totalt sett över alla åldersgrupper (Figur 5). Detta mönster stämmer också väl överens med tidigare studier som har visat att svår ångestproblematik tenderar att utvecklas tidigare i livet än svåra besvär med depression (8).

Figur 5 Ångest och depression – Medelvärde råpoäng över ålder (95% KI)



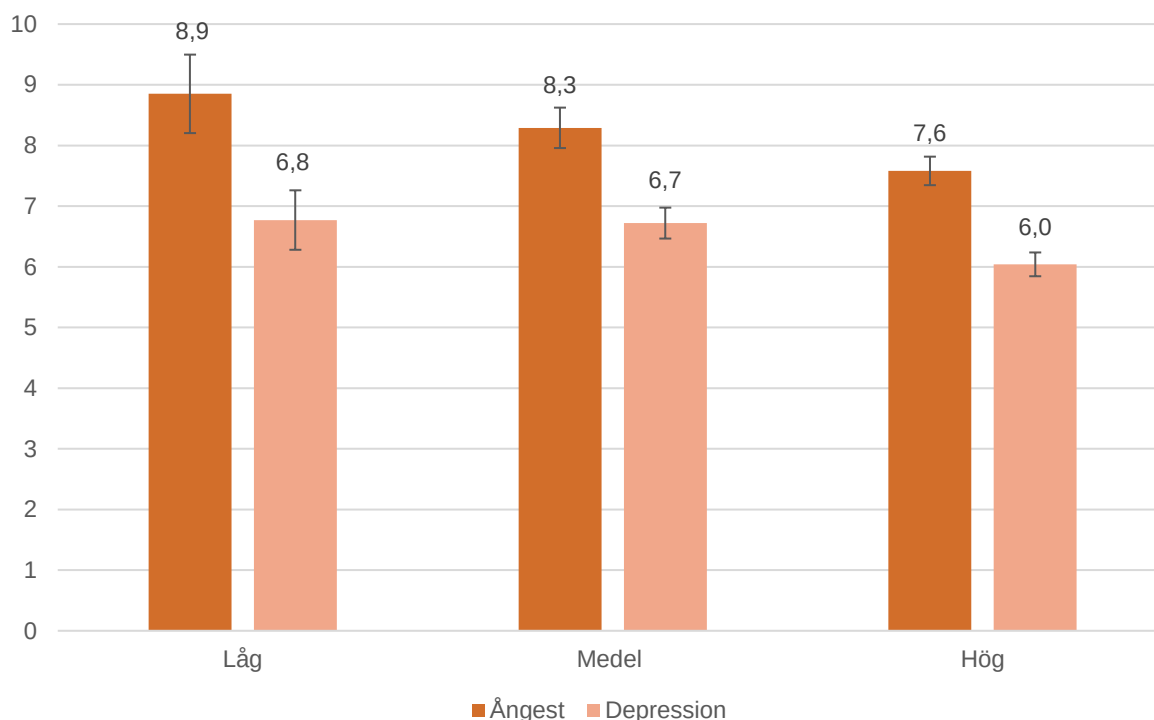
Kommentar: Figuren är baserad på 25 frågor ställda till barnet som deltar i undersökningen och som är över 8 år. Frågorna lyder "Markera det ord som bäst beskriver hur ofta varje påstående stämmer in på dig" - följt av 25 påståenden som mäter symptom av ångest och depression. Svartalternativen lyder "Aldrig", "Ibland", "Ofta" samt "Alltid". Se tabell 72 och 73 för påståendernas lydelse. Eventuella signifikanta skillnader framgår av figuren. Differensen i medelvärde mellan grupper kan jämföras med den totala råpoängen och standardavvikelsen för ångest ($M = 8$, $SD = 5,9$) samt depression ($M = 6,4$, $SD = 4,7$). Minst antal svarande är 3 961. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

När det kommer till sårbarhet för psykisk ohälsa – vilket också gäller hälsa generellt – brukar högre socioekonomisk status lyftas fram som en betydande skyddsfaktor (7). Det vill säga, högre socioekonomisk status (exempelvis föräldrarnas utbildningsnivå och hushållets ekonomi) är oftare förknippat med lägre grad av psykisk ohälsa. När det kommer till att stratifiera psykisk ohälsa mellan socioekonomiska grupper i Sverige saknas det i mångt och mycket tillförlitliga underlag. Den kunskapsöversikt som publicerades under hösten 2021 (1) belyser detta endast ytligt och Folkhälsomyndigheten presenterar inte heller vanligtvis skillnader mellan olika socioekonomiska grupper när det gäller barn och ungas psykiska hälsa². Vad som dock är klarlagt är att andelen barn i populationen som lever med låg ekonomisk standard har ökat de senaste åren. 2019 levde cirka 20 % av alla barn och unga i en familj med låg ekonomisk standard (det vill säga under 60 % procent av den för hushållstypen jämförbara medianinkomsten)³. Resultaten från Pep-rapporten 2021 visar att det alltså finns en skillnad mellan hushåll beroende på hushållsinkomst, där högre hushållsinkomst verkar vara relaterat till en lägre grad av ångest och depressionssymptom (Figur 6). Skillnader i rapportering av psykisk ohälsa mellan socioekonomiska grupper kan vidare problematiseras i termer av att socioekonomisk status förvisso är att betrakta som en bred skyddsfaktor för ohälsa, men samtidigt kan en högre socioekonomisk status också öka benägenheten att söka vård, vilket gör att olika datamaterial kan ge olika bild över tid.

² <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/psykisk-halsa-och-suicidprevention/statistik-psykisk-halsa/statistik-om-barns-psykiska-halsa/>

³ https://www.statistikdatabasen.scb.se/pxweb/sv/ssd/START__LE__LE0102__LE0102L/

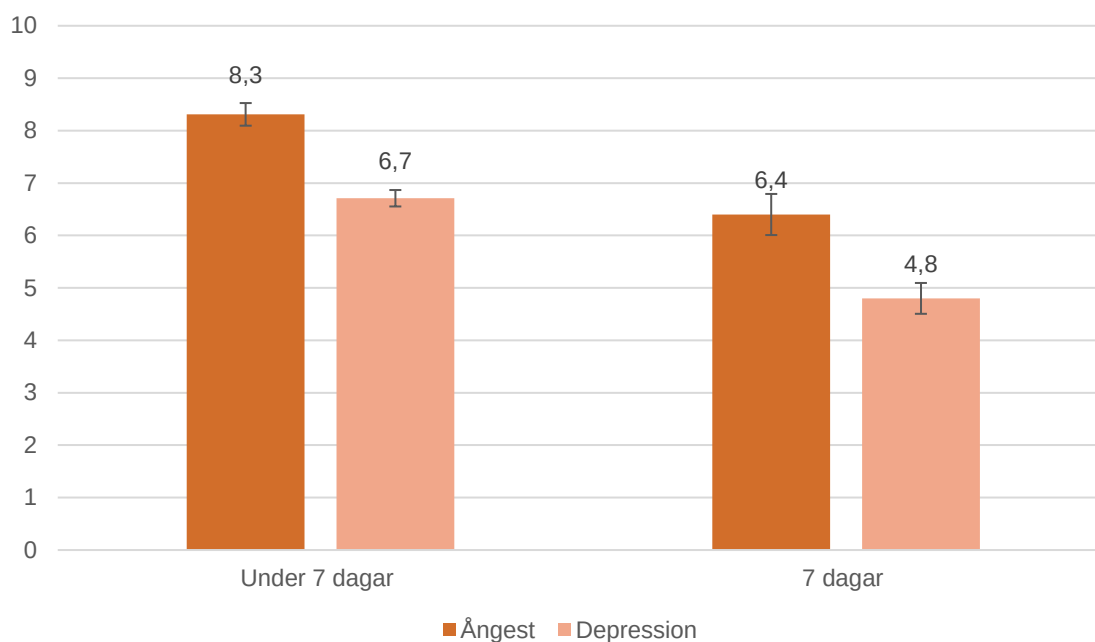
Figur 6 **Ångest och depression - Medelvärde råpoäng över inkomstnivå**



Kommentar: Figuren är baserad på 25 frågor ställda till barnet som deltar i undersökningen och som är över 8 år. Frågorna lyder "Markera det ord som bäst beskriver hur ofta varje påstående stämmer in på dig" - följt av 25 påståenden som mäter symptom av ångest och depression. Svarsalternativen lyder "Aldrig", "Ibland", "Ofta" samt "Alltid". Se tabell 72 och 73 för påståendenas lydelse. Eventuella signifikanta skillnader framgår av figuren. Differensen i medelvärde mellan grupper kan jämföras med den totala råpoängen och standardavvikelsen för ångest ($M = 8$, $SD = 5,9$) samt depression ($M = 6,4$, $SD = 4,7$). Minst antal svarande är 3 961. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

En annan väsentlig skyddsfaktor för både fysisk och psykisk ohälsa är fysisk aktivitet. Det finns många studier som presenterar positiva hälsoeffekter av just motion och träning. När det gäller de explicita effekterna av fysisk aktivitet på ångest och depression i gruppen barn och unga visar en av de senast publicerade översikt- samt meta-analyserna att det finns en god terapeutisk effekt av fysisk aktivitet på just ångest bland barn och unga under 25 år (9). En annan liknande översikt visar att det finns en bred skyddseffekt av fysisk aktivitet på mental hälsa i allmänhet men framför allt för depression när det gäller barn och unga (10). Pep-rapporten 2021 bekräftar bilden av tidigare forskning där vi tydligt ser att de som har varit fysiskt aktiva samtliga dagar under den senaste veckan har lägre grad av ångest och depressionssymptom jämfört med de som inte har varit lika aktiva (Figur 7).

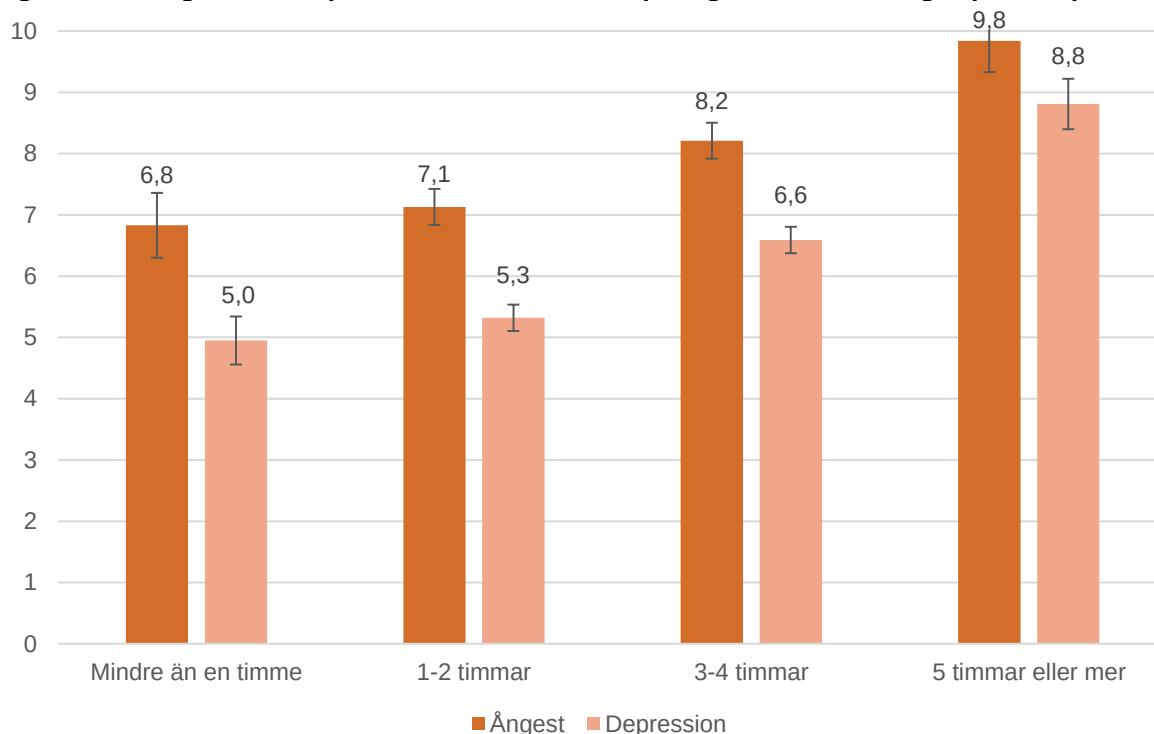
Figur 7 Ångest och depression - Medelvärde råpoäng över antal dagar som varit fysisk aktiv i mer än 60 min de senaste 7 dagarna (95 % KI)



Kommentar: Figuren är baserad på 25 frågor ställda till barnet som deltar i undersökningen och som är över 8 år. Frågorna lyder "Markera det ord som bäst beskriver hur ofta varje påstående stämmer in på dig" - följt av 25 påståenden som mäter symptom av ångest och depression. Svarsalternativen lyder "Aldrig", "Ibland", "Ofta" samt "Alltid". Se tabell 72 och 3 för påståendenas lydelse. Eventuella signifikanta skillnader framgår av figuren. Differensen i medelvärde mellan grupper kan jämföras med den totala råpoängen och standardavvikelsen för ångest ($M = 8$, $SD = 5,9$) samt depression ($M = 6,4$, $SD = 4,7$). Minst antal svarande är 3 961. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

En annan hälsoaspekt som frekvent diskuteras är den alltmer allomfattande skärmtiden. Av naturliga skäl finns det inte lika mycket data och forskning på det här området då skärmar i form av handhållna enheter (iPhones mm), måste betraktas som en relativt ny produkt. Lägg därtill att användandet av handhållna enheter och skärmar har klättrat nedåt i åldrarna gradvis vilket gör att det inte finns så många år att jämföra med. Det har dessutom funnits en del kontroverser kring om det är självaste skärmtiden som ska studeras eller innehållet på skärmen. En nyligen publicerad systematisk översikt över longitudinella studier visar att det förvisso verkar finnas en relativt liten effekt där mer skärmtid är relaterat till framför allt fler depressiva symptom, men att det finns många andra faktorer att ta hänsyn till (11). Författarna efterlyser just en mer nyanserad bild av skärmtidens innehåll men även motivation till användandet av skärmar. I Pep-rapporten 2021 ser vi skillnader mellan grupperna där mer skärmtid verkar vara associerat med högre grad av ångest och depressionssymptom (Figur 8). Den största skillnaden ligger mellan de barn och unga som har använt skärm mindre än en timma och de som har använt skärm mer än fem timmar när det gäller depression, där skillnaden mellan grupperna börjar närma sig en hel standardavvikelse.

Figur 8 **Ångest och depression - Medelvärde råpoäng över skärmtid igår (95 % KI)**

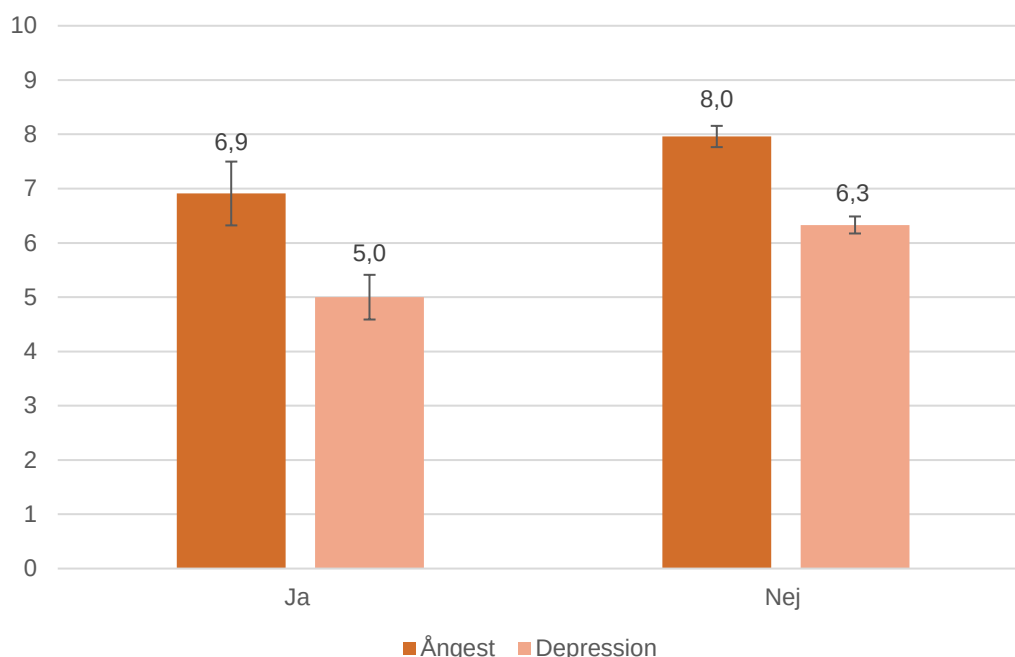


Kommentar: Figuren är baserad på 25 frågor ställda till barnet som deltar i undersökningen och som är över 8 år. Frågorna lyder "Markera det ord som bäst beskriver hur ofta varje påstående stämmer in på dig" - följt av 25 påståenden som mäter symptom av ångest och depression. Svartalternativen lyder "Aldrig", "Ibland", "Ofta" samt "Alltid". Se tabell 72 och 73 för påståendenas lydelse. Eventuella signifikanta skillnader framgår av figuren. Differensen i medelvärde mellan grupper kan jämföras med den totala råpoängen och standardavvikelsen för ångest ($M = 8$, $SD = 5,9$) samt depression ($M = 6,4$, $SD = 4,7$). Minst antal svarande är 3 961. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Hälsosamma matvanor har också föreslagits ha en skyddande effekt mot psykisk ohälsa hos barn och unga. Till exempel har ett lägre intag av frukt och grönsaker (12) och en mindre hälsosam kost i relation till gällande kostrekommendationer (13) påvisats ha samband med en ökad risk för depressiva symtom hos ungdomar. Studier hos yngre barn är mer sällsynta men nyligen rapporterade en studie från Australien samband mellan lägre kostkvalitet (bland annat lägre grönsaksintag och högre intag av sötsaker) och högre poäng på SDQ (The Strengths and Difficulties Questionnaire) hos 9-åringar (14). Baserat på Livsmedelsverkets generella kostråd⁴ har vi konstruerat ett sammansatt index över hur deltagarna i Pep-rapporten själva rapporterar gällande vad de äter, främst avseende frukt, grönt och fisk. Resultaten från Pep-rapporten 2021 är i linje med dessa resultat då de visar att barn och ungdomar som inte äter enligt kostråden rapporterar högre grad av ångest- och depressionssymtom (Figur 9). Resultaten överensstämmer också med aktuell forskning på vuxna där översikt- samt meta-analyser av observationsstudier har dragit slutsatsen att en hälsosam kost, till exempel medelhavskost, kan ha en viss skyddande effekt mot depression (15, 16). Det är dock viktigt att påpeka att evidensen för hälsosamma kostvanor och främjande av psykisk hälsa hos barn och unga så långt framförallt bygger på observationsstudier vilket försvårar slutsatser om kausalitet och ytterligare forskning efterfrågas, särskilt väl designade interventionsstudier (14, 17-18).

⁴ <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad/barn-och-ungdomar/barn-2-17-ar>

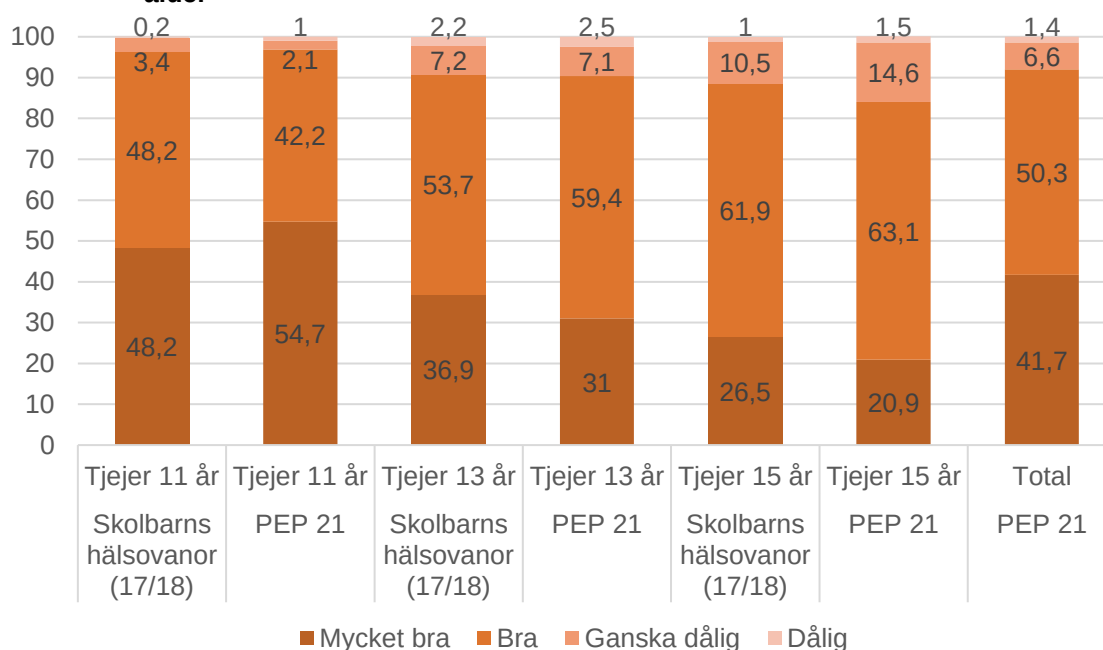
Figur 9 **Ångest och depression - Medelvärde råpoäng över om ätit enligt kostråden (95 % KI)**



Kommentar: Figuren är baserad på 25 frågor ställda till barnet som deltar i undersökningen och som är över 8 år. Frågorna lyder "Markera det ord som bäst beskriver hur ofta varje påstående stämmer in på dig" - följt av 25 påståenden som mäter symptom av ångest och depression. Svarsalternativen lyder "Aldrig", "Ibland", "Ofta" samt "Alltid". Se tabell 72 och 73 för påståendenas lydelse. Eventuella signifikanta skillnader framgår av figuren. Differensen i medelvärde mellan grupper kan jämföras med den totala råpoängen och standardavvikelsen för ångest ($M = 8$, $SD = 5,9$) samt depression ($M = 6,4$, $SD = 4,7$). Minst antal svarande är 3 961. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

I Pep-rapporten 2021 inkluderade vi för första gången en fråga om självskattad hälsa. Frågans formulering och utformning är tagen från Folkhälsomyndighetens undersökning och tillika rapport "Skolbarns hälsovanor i Sverige 2017/18". Frågan är formulerad "Hur tycker du att din hälsa är?" och besvaras med hjälp av en fyrgradig skala ("mycket bra", "bra", "ganska dålig", och "mycket dålig"). Vi presenterar resultaten från Folkhälsomyndighetens grundrapport nedan i figur 10 och 11 som jämförelsepunkter för resultaten från Pep-rapporten 2021. Vi presenterar samma stratifiering som grundrapporten, det vill säga frekvensen av svar i procent mellan tjejer och killar, åldersgrupperna 11, 13, 15 men också totalen vilket inkluderar hela urvalet.

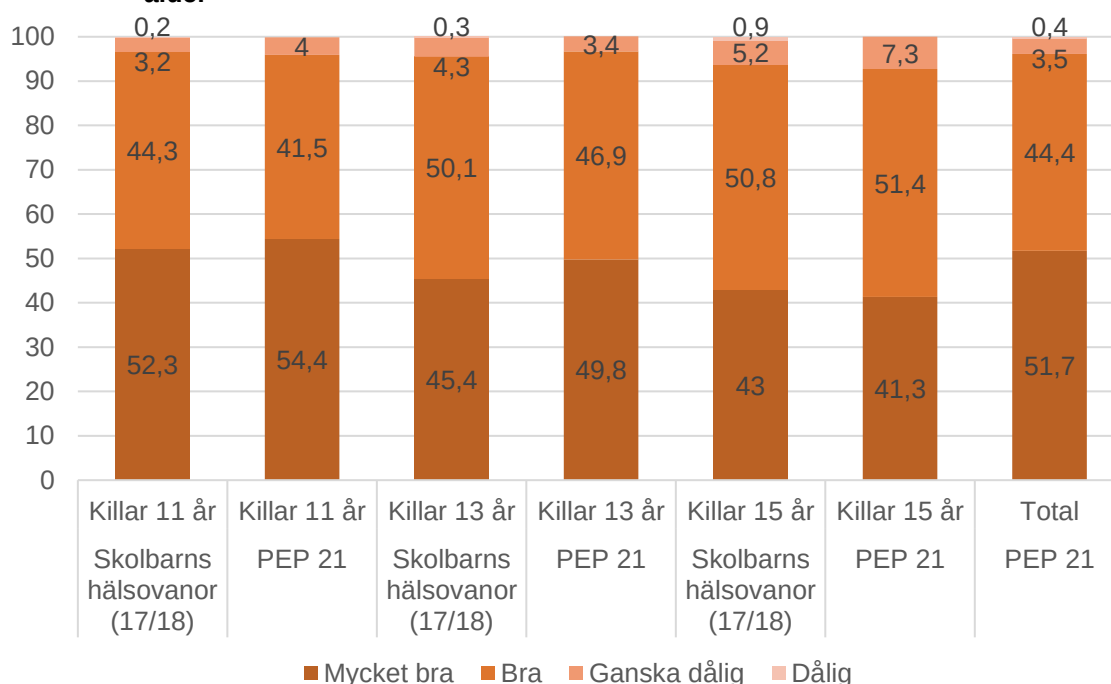
Figur 10 Självsfattad hälsa, jämförelse med skolbarns hälsovanor från 2017/2018, tjejer över ålder



Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Hur tycker du att din hälsa är?". Svarsalternativen framgår av figuren. Antal svarande är 5 990. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Den generella bilden är att resultaten från Pep-rapporten 2021 stämmer ganska väl överens med Skolbarns hälsovanor i Sverige 2017/18 trots att det är ett antal år mellan datainsamlingarna. En observation är att den självskattade hälsan verkar ha ökat något för tjejer i åldersgruppen 11 år medan det motsatta verkar gälla för tjejer 13 och 15 år. För killar förefaller det vara lite mer stabilt mellan undersökningarna men likväl finns det en tendens i att den självskattade hälsan verkar ha minskat och främst för killar 13 och 15 år.

Figur 11 Självsattad hälsa, jämförelse med skolbarns hälsovanor från 2017/2018, killar över ålder



Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Hur tycker du att din hälsa är?". Svartalternativen framgår av figuren. Antal svarande är 5 990. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Vilka lärdomar kan vi då dra av Pep-rapportens tema om psykisk ohälsa? Vi kan börja med att konstatera att resultaten baseras på ett slumpmässigt urval som i hög grad liknar populationen, det vill säga de estimat och skillnader vi ser i resultaten är förmodligen ganska nära hur det ser ut för barn och unga i Sverige idag. De övergripande resultaten bekräftar i huvudsak den samlade bild som vi försökt återge genom några utvalda litteraturöversikter och meta-analyser. Det innebär att förekomsten av ångest- och depressionssymptom som skulle kunna indikera psykisk ohälsa omfattar cirka 1 av 20 barn och unga. Detta är en mycket viktig siffra att förhålla sig till i relation till vårdkonsumtion och andra datakällor. Vidare visar resultaten att det finns många förväntade mönster mellan grupper, som fortfarande är inom en slags normal variation och inte bör betraktas som sjuklighet. Men skillnaderna kan likväl indikera grad av välmående eller betraktas som en potentiell sårbarhet för framtida psykisk ohälsa. Det är också viktigt att beakta att många av de gruppskillnader vi ser i resultaten förmodligen är sammanlänkade. Det innebär att om vi ser att högre socioekonomisk status, högre grad av fysisk aktivitet samt större följsamhet inför kostråden är associerat med en lägre grad av psykisk ohälsa, är det inte säkert att alla dessa tre faktorer har lika starka eller oberoende effekter. Till exempel, fysisk aktivitet och hälsosamma matvanor är bra för både fysisk och psykisk hälsa men socioekonomisk status kan i praktiken styra hur mycket nyttig mat som kan inhandlas eller hur många roliga och motiverande aktiviteter som barnen kan gå på.

Sammanfattningsvis, resultaten visar tydliga utvecklingsmönster såtillvida att den psykiska ohälsan ökar med högre ålder samt att tjejer rapporterar en relativt högre nivå av ångest och depressionssymptom. Resultaten indikerar också generella mönster i termer av att psykisk ohälsa verkar vara vanligare för barn och unga i familjer med lägre socioekonomisk status, som rör på sig mindre, har mer skärmtid och som i lägre utsträckning åter enligt kostråden.

Tabell 72 Ångest - Medelvärde råpoäng över grupper

	Medelvärde	Standardfel	95% KI	n
<i>Kön</i>				
Tjej	9,6	0,15	9,31-9,89	1991
Kille	6,4	0,11	6,19-6,19	1937
<i>Ålder</i>				
8 år	7,3	0,24	6,79-7,72	384
9 år	7,1	0,25	6,65-7,63	434
10 år	6,7	0,24	6,28-7,20	442
11 år	7,3	0,25	6,78-7,76	455
12 år	8,2	0,29	7,62-8,74	445
13 år	7,6	0,28	7,05-8,16	397
14 år	8,9	0,34	8,27-9,62	392
15 år	9,0	0,33	8,36-9,66	381
16 år	9,5	0,40	8,68-10,24	325
17 år	9,2	0,39	8,40-9,94	273
<i>Inkomst¹</i>				
Låg	8,9	0,33	8,21-9,50	394
Medel	8,3	0,17	7,97-8,62	1342
Hög	7,6	0,12	7,35-7,82	2123
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60minuter</i>				
Under 7 dagar	8,3	0,11	8,11-8,52	3235
7 dagar	6,4	0,20	6,02-6,79	685
<i>Skärmtid igår</i>				
Mindre än en timma	6,8	0,27	6,31-7,37	405
1-2 timmar	7,1	0,15	6,84-7,42	1319
3-4 timmar	8,2	0,15	7,91-8,51	1528
5 timmar eller mer	9,8	0,26	9,33-10,35	674
<i>Äter enligt kostråden (fisk och mängd frukt och grönt)²</i>				
Ja	6,9	0,10	7,77-8,16	307
Nej	8,0	0,30	6,33-7,49	3370

Kommentar: Figuren är baserad på 25 frågor ställda till barnet som deltar i undersökningen och som är över 8 år. Frågorna lyder "Markera det ord som bäst beskriver hur ofta varje påstående stämmer in på dig" - följt av 25 påståenden som mäter symptom av ångest och depression. Svarsalternativen lyder "Aldrig", "Ibland", "Ofta" samt "Alltid". Påståendena som mäter symptom av ångest lyder "Jag oroar mig när jag tror att jag har gjort dåligt ifrån mig", "Jag skulle känna mig rädd om jag var ensam hemma", "Jag oroar mig över att något hemska ska hända någon i min familj", "Jag är rädd för att vara på platser med mycket folk (t ex köpcentrum, på bio, bussar eller lekplatser med mycket människor)", "Jag oroar mig över vad andra människor tänker om mig", "Jag känner mig rädd om jag måste sova ensam", "Jag blir plötsligt yr eller svag utan att det finns någon anledning", "Jag måste göra vissa saker om och om igen (så som att tvätta händerna, städa, eller lägga saker i en bestämd ordning)", "Jag börjar plötsligt skaka eller darra utan att det finns någon anledning", "Jag måste tänka speciella tankar (så som nummer eller ord) för att hindra att hemska saker händer", "Jag tänker på döden", "Jag oroar mig över att jag plötsligt ska få en känsla av att vara rädd, när det inte finns något att vara rädd för", "Jag är rädd för att göra bort mig framför andra människor", "Jag måste göra vissa saker på precis rätt sätt för att hindra hemska saker från att hända" samt "Jag oroar mig över att dåliga saker ska hända mig". ¹ För förklaring av kategorier se tabell 4.

²Rekommenderad mängd frukt är 500g för barn 10 år eller äldre och 400g för barn som är yngre än 10 år. Rekommenderad mängd fisk-konsumtion är här två-tre dagar senaste veckan eller mer. **Källa:** Pep-rapporten 2021.

Tabell 73 Depression - Medelvärde råpoäng över grupper

	Medelvärde	Standardfel	95% KI	n
<i>Kön</i>				
Tjej	5,4	0,09	5,22-5,56	1998
Kille	7,4	0,12	7,15-7,61	1941
<i>Ålder</i>				
8 år	5,0	0,17	4,67-5,35	686
9 år	5,1	0,17	4,77-5,42	436
10 år	5,2	0,17	4,90-5,58	442
11 år	5,5	0,18	5,16-5,88	456
12 år	6,4	0,23	5,96-6,87	445
13 år	6,4	0,24	5,95-6,87	400
14 år	7,1	0,27	6,57-7,62	392
15 år	7,9	0,28	7,40-8,48	382
16 år	8,1	0,30	7,52-8,69	327
17 år	8,2	0,30	7,58-8,76	273
<i>Inkomst¹</i>				
Låg	6,8	0,25	6,27-7,26	397
Medel	6,7	0,13	6,47-6,97	1347
Hög	6,0	0,10	5,85-6,23	2126
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60minuter</i>				
Under 7 dagar	6,7	0,08	6,55-6,87	3244
7 dagar	4,8	0,15	4,51-5,08	687
<i>Skärmtid igår</i>				
Mindre än en timma	5,0	0,20	4,56-5,35	408
1-2 timmar	5,3	0,11	5,11-5,53	1325
3-4 timmar	6,6	0,11	6,37-6,82	1529
5 timmar eller mer	8,8	0,21	8,39-9,23	675
<i>Äter enligt kostråden (fisk och mängd frukt och grönt)²</i>				
Ja	6,3	0,08	6,18-6,48	3378
Nej	5,0	0,21	4,60-5,40	309

Kommentar: Figuren är baserad på 25 frågor ställda till barnet som deltar i undersökningen och som är över 8 år. Frågorna lyder "Markera det ord som bäst beskriver hur ofta varje påstående stämmer in på dig" - följt av 25 påståenden som mäter symptom av ångest och depression. Svarsalternativen lyder "Aldrig", "Ibland", "Ofta" samt "Alltid". Påståendena som mäter symptom av depression lyder "Jag känner mig ledsen eller tom", "Ingenting är särskilt roligt längre", "Jag har svårt att sova", "Jag har problem med min aptit", "Jag har ingen energi till att göra något", "Jag kan inte tänka klart", "Jag känner mig värdelös", "Det känns som om jag inte har någon lust att röra på mig", "Jag är mycket trött", "Jag känner mig rastlös" samt "Jag oroar mig över att dåliga saker ska hända mig". ¹ För förklaring av kategorier se tabell 4. ²Rekommenderad mängd frukt är 500g för barn 10 år eller äldre och 400g för barn som är yngre än 10 år. Rekommenderad mängd fisk-konsumtion är här två-tre dagar senaste veckan eller mer. **Källa:** Pep-rapporten 2021.

Tabell 74 Hur tycker du att din hälsa är, i olika grupper (procent)

	Mycket bra	Bra	Ganska dålig	Dålig	Summa	n
<i>Samtliga</i>	53	42	4	1	100	5990
<i>Kön</i>						
Tjej	51	43	5	1	100	2922
Kille	57	40	3	0	100	3042
<i>Ålder</i>						
4-6 år	69	30	1	0	100	1392
7-9 år	65	34	1	0	100	1398
10-12 år	52	44	3	1	100	1380
Över 13 år	34	55	9	2	100	1808
<i>Geografisk hemvist¹</i>						
Storstad/pendlingskommun	56	39	4	1	100	2371
Större stad	52	44	3	1	100	2284
Mindre stad/tätort och landsbygdskommun	52	43	4	1	100	1335
<i>Hushållsinkomst²</i>						
Låg	48	46	5	1	100	676
Medel	50	45	4	1	100	2125
Hög	59	38	3	0	100	3087
<i>Utbildningsnivå vårdnadshavare³</i>						
Låg	44	49	6	1	100	186
Medel	48	46	5	1	100	1854
Hög	57	40	3	0	100	3927
<i>Sysselsättning vårdnadshavare⁴</i>						
Arbetar	54	41	4	1	100	5427
Arbetslös	43	47	9	1	100	117
Sjuk/Aktivitetsersättning	43	51	4	2	100	100
Studerar	53	43	3	1	100	353
Annat	53	37	7	3	100	122

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Hur tycker du att din hälsa är?". Svartalternativen framgår av tabellen. ¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 74 forts. Hur tycker du att din hälsa är, i olika grupper (procent)

	Mycket bra	Bra	Ganska dålig	Dålig	Summa	n
<i>Sammansättning hushållet</i>						
Bor med ensam vuxen	41	50	7	2	100	714
Bor med båda vårdnadshavarna	57	40	3	0	100	4897
Bor med vårdnadshavare och annan vuxen	39	55	6	0	100	362
<i>Uppväxtort vårdnadshavare⁵</i>						
Sverige/Annat land i Norden	54	41	4	1	100	5358
Annat land i Europa	56	40	4	0	100	259
Land utanför Europa	47	46	6	1	100	365
<i>Förälders grad av aktivitet på fritiden</i>						
Rör sig inte så mycket	48	46	5	1	100	1523
Rör sig regelbundet 30min -1 timme per dag	55	42	3	0	100	3853
Hård fysisk aktivitet 1 timme 4-5 ggr per vecka	62	35	3	0	100	585
<i>Går på aktivitet på fritiden</i>						
Ja	60	38	2	0	100	4393
Nej	36	53	9	2	100	1591
<i>Hur mycket rört sig igår (minuter)</i>						
Inte alls	32	50	14	4	100	230
Mellan 0-30 minuter	31	57	10	2	100	666
Mellan 31-60 minuter	44	51	5	0	100	1274
Mer än 60 minuter	62	36	2	0	100	3802
<i>Antal dagar aktiv i mer än 60 minuter</i>						
Under 7 dagar	47	47	5	1	100	4643
7 dagar	75	24	1	0	100	1325

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Hur tycker du att din hälsa är?". Svartalternativen framgår av tabellen.¹²³⁴⁵ För förklaring av kategorier se tabell 4. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Tabell 75 Hur tycker du att din hälsa är, uppdelat på kön och ålder (procent)

	Mycket bra	Bra	Ganska dålig	Dålig	Summa	n
<i>Samtliga</i>	53	42	4	1	100	5990
<i>Tjej</i>						
4-6 år	71	29	0	0	100	679
7-9 år	66	33	1	0	100	666
10-12 år	51	44	4	1	100	638
Över 13 år	25	61	12	2	100	934
<i>Kille</i>						
4-6 år	67	31	2	0	100	709
7-9 år	64	35	1	0	100	726
10-12 år	54	43	3	0	100	735
Över 13 år	44	50	5	1	100	866

Kommentar: Frågan är ställd till barnet som deltar i undersökningen och lyder "Hur tycker du att din hälsa är?". Svartalternativen framgår av tabellen. **Källa:** Pep-Rapporten 2021.

Referenser

1. Dalman C, et al. Psykiskt välbefinnande, psykiska besvär och psykiatriska tillstånd hos barn och unga – begrepp, mätmetoder och förekomst [Internet]. Stockholm: Forte; 2021. Hämtad från: <https://forte.se/app/uploads/2021/12/kunskapso-versikt-begrepp-och-ma-tmetoder-barn-och-unga.pdf>
2. Chorpita BF, Yim L, Moffitt C, Umemoto LA, Francis SE. Assessment of symptoms of DSM-IV anxiety and depression in children: a revised child anxiety and depression scale. *Behaviour Research and Therapy*. 2000;38(8):835-55.
3. Piqueras JA, Martin-Vivar M, Sandin B, San Luis C, Pineda D. The Revised Child Anxiety and Depression Scale: A systematic review and reliability generalization meta-analysis. *J Affect Disord*. 2017;218:153-69.
4. Ebesutani C, Reise SP, Chorpita BF, Ale C, Regan J, Young J, et al. The Revised Child Anxiety and Depression Scale-Short Version: scale reduction via exploratory bifactor modeling of the broad anxiety factor. *Psychol Assess*. 2012;24(4):833-45.
5. Polanczyk GV, Salum GA, Sugaya LS, Caye A, & Rohde LA. Annual research review: A meta-analysis of the worldwide prevalence of mental disorders in children and adolescents. *J Child Psychol Psychiatry*. 2015;56(3):345-365.
6. Strawn JR, Lu L, Peris TS, Levine A, & Walkup JT. Research Review: Pediatric anxiety disorders - what have we learnt in the last 10 years? *J Child Psychol Psychiatry*. 2021;62(2):114-139.
7. O'Connell ME, Boat T, & Warner KE. (2009). Preventing Mental, Emotional, and Behavioral Disorders Among Young People: Progress and Possibilities. Washington, DC: The National Academies Press.
8. Kessler RC, Berglund P, Demler O, Jin R, Merikangas KR, Walters EE. Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Arch Gen Psychiatry*. 2005;62(6): 593-602.
9. Carter T, Pascoe M, Bastounis A, Morres ID, Callaghan P, & Parker AG. The effect of physical activity on anxiety in children and young people: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*. 2021;285(1):10-21.
10. Pascoe M, Bailey AP, Craike M, Carter T, Patten R, Stepto N, & Parker A. Physical activity and exercise in youth mental health promotion: A scoping review. *BMJ Open Sport and Exercise Medicine*. 2020;6(1): e000677.
11. Tang S, Werner-Seidler A, Torok M, MacKinnon AJ, Christensen H. The relationship between screen time and mental health in young people: A systematic review of longitudinal studies. *Clinical Psychology Review*. 2021;86(1): 102021.
12. Liu MW, Chen QT, Towne SD Jr, Zhang J, Yu HJ, Tang R, Gasevic D, Wang PG, He QQ. Fruit and vegetable intake in relation to depressive and anxiety symptoms among adolescents in 25 low- and middle-income countries. *J Affect Disord*. 2020 Jan 15;261:172-180.
13. Jacka FN, Kremer PJ, Leslie ER, Berk M, Patton GC, Toumbourou JW, Williams JW. Associations between diet quality and depressed mood in adolescents: results from the Australian Healthy Neighbourhoods Study. *Aust N Z J Psychiatry*. 2010 May;44(5):435-42.

14. Dimov S, Mundy LK, Bayer JK, Jacka FN, Canterford L, Patton GC. Diet quality and mental health problems in late childhood. *Nutr Neurosci*. 2021 Jan;24(1):62-70.
15. Lassale C, Batty GD, Baghdadli A, Jacka F, Sánchez-Villegas A, Kivimäki M, Akbaraly T. Healthy dietary indices and risk of depressive outcomes: a systematic review and meta-analysis of observational studies. *Mol Psychiatry*. 2019 Jul;24(7):965-986.
16. Loughman A, Staudacher HM, Rocks T, Ruusunen A, Marx W, O Apos Neil A, Jacka FN. Diet and Mental Health. *Mod Trends Psychiatry*. 2021;32:100-112.
17. Campisi SC, Zasowski C, Shah S, Bradley-Ridout G, Madigan S, Szatmari P, Korczak DJ. Do Healthy Dietary Interventions Improve Pediatric Depressive Symptoms? A Systematic Review and Meta-Analysis. *Adv Nutr*. 2021 Dec 1;12(6):2495-2507.
18. Campisi SC, Zasowski C, Shah S, Shah A, Bradley-Ridout G, Korczak DJ, Szatmari P. Assessing the Evidence of Micronutrients on Depression among Children and Adolescents: An Evidence Gap Map. *Adv Nutr*. 2020 Jul 1;11(4):908-927.

SOM-institutet vid Göteborgs universitet genomför årligen nationella och lokala frågeundersökningar och anordnar seminarier på temat Samhälle, Opinion och Medier.

SOM-institutet | Seminariegatan 1B | Box 710, 405 30 Göteborg
031 786 3300 | info@som.gu.se | www.gu.se/som-institutet

