

Juniorquiz 2021: FASIT



1. Hva heter Mental Helse sin hjelpetjeneste hvor man kan chatte istedenfor å ringe?

a) Si det med ord

2. Hva er det viktigste å gjøre dersom du ser noe ekkelt eller rart på nett eller apper som Tik Tok?

b) Å snakke med en voksen

3. Hvorfor markerer vi Verdensdagen for psykisk helse?

a) For at det skal bli enklere å snakke om følelser

4. Hva heter årets BlimE låt?

c) Dynamitt

5. Hva er Venn1?

a) Et kurs i psykisk helse for ungdom

6. Når er selve Verdensdagen for psykisk helse?

b) 10.oktober

7. Hva er årets haghtag?

a) #Følgopp

8. Søvn er viktig for god psykisk helse. Hvor mange timer søvn trenger en ungdom på 14 år?

b) 8–10 timer

9. Hvem kan markere Verdensdagen for psykisk helse?

c) Alle

10. Fleip eller fakta: Vi vet at man kan trene sin fysiske helse, men kan man trene sin psykiske helse?

b) Fakta