

Innholdsfortegnelse

VEDLEGG 1: SKRIFTLIG SAMTYKKE TIL DYBDEINTERVJU	1
VEDLEGG 2: DYBDEINTERVJU	1
VEDLEGG 3: SPØRREUNDERSØKELSE OG DESKRIPTIV STATISTIKK.....	3
VEDLEGG 4: CRONBACHS ALFA	15
VEDLEGG 5: CLUSTERANALYSE.....	15
VEDLEGG 6: CLUSTRENE TESTET OPP MOT ULIKE VARIABLER	16
VEDLEGG 7: PRESSEMELDING	24
VEDLEGG 8: PLAKATER.....	25
VEDLEGG 9: BUDSJETT	28

Vedlegg 1: Skriftlig samtykke til dybdeintervju

Samtykke til dybdeintervju:

Hei, tusen takk for at du kunne stille opp og hjelpe oss med bacheloren vår. Vi kommer i all hovedsak til å stille deg noen åpne spørsmål, samt noen konkrete spørsmål, som vi håper du kan svare så utfyllende og ærlig på som du klarer. Det finnes ingen rette eller gale svar. Vi ønsker dine personlige meninger og erfaringer.

Vi kommer til å ta opp intervjuet for vår egen del, slik at informasjonen du gir blir korrekt. Ved å samtykke til deltakelse, samtykker du til lydopptak og at vi kan bruke svarene dine i oppgaven. Du vil selvsagt bli holdt anonym, og svarene du gir vil ikke kunne knyttes tilbake til deg. Det er kun vi som vil ha tilgang til svarene dine som en helhet, og i selve bacheloroppgaven vil det kun bli presentert utdrag fra de viktigste funnene fra flere dybdeintervjuer. Svarene dine vil bli slettet i juni når vi har mottatt vår sensur.

Ved å signere samtykker du til informasjonen gitt ovenfor.

Din signatur:

Vedlegg 2: Dybdeintervju

Først litt om deg:

- Hva er din alder?
- Hva er din nåværende bosituasjon?

Oppvarmingsspørsmål (for å få respondenten i gang før vi begynner):

- Trives du som student?
- Følte du deg godt tatt imot som ny student?

Åpenhet rundt følelser i studentmiljøet:

- Føler du det er rom for å snakke om og vise følelser i studentmiljøet? (Hvis ja: på hvilken måte? Hvis nei: hva tror du er grunnen til det?)
 - Oppfatter du forskjell mellom kvinner og menn når det kommer til å uttrykke/snakke om følelser? (Hvis ja; hvorfor?)

Selvbilde:

Nå kommer et hypotetisk scenario: du er i forelesning med dine to gode kompiser på studiet. Foreleser ber dere danne grupper til skriving av eksamen og melde inn disse innen slutten av uken. Du snur deg mot dine to gode kompiser og spør... De forklarer at de denne gangen skal skrive med en annen i klassen, og at gruppen dessverre er full. Hvordan ville du følt deg og hva ville du gjort?

Et annet hypotetisk scenario: du har jobbet hardt fram mot en eksamen og følt stor mestring i faget som du finner spennende. Du får endelig tilbake sensuren, og ender med å få en dårligere karakter enn du hadde forventet. Hvordan ville du følt deg og hva ville du gjort?

Mest fremtredende følelser:

- **Hvilke følelser tror du studenter kjenner mest på?** (Hvorfor tror du de kjenner på denne følelsen? I hvilke situasjoner? Hva kan de gjøre?)

Åpenhet og fortrolighet:

- Hvor åpne tror du menn på din alder er om følelsene sine?
 - Hvem tror du de snakker mest med?
 - Hvordan tror du det blir tatt i mot?
 - (Har du noen du kan være fortrolig om tanker og følelser med?)
- Hvis kompisen din hadde kommet til deg og fortalt at han har en vanskelig periode, hva ville du gjort?
 - (Hvordan ville du håndtert situasjonen/hvordan ville du reagert?)
- Tror du det ville vært lettere for menn i noen situasjoner å snakke med en utenforstående person om følelser og utfordringer i livet? (Utenforstående: en som ikke har kjennskap til deg eller de rundt deg)

Kjennskap og tilbud:

- Kjenner du til noen tilbud for studenter/unge voksne som ønsker noen å snakke med?
- Hvilket inntrykk har du av de ulike tilbudene?
- Har du erfaring med noen av tilbudene du nevnte?

- Hvis du skulle beskrevet det mest ideelle tilbudet for mannlige studenter, hvordan ville det sett ut?

- Hvorfor tror du mannlige studenter ville benyttet seg av dette tilbudet?
- Hvordan og hvor tror du mannlige studenter ville likt å få informasjon om dette ideelle tilbudet du nå har beskrevet?

- Har du hørt om Mental Helse? (hvis nei: ikke spør underspørsmål)
 - Hva vet du om Mental Helse?
 - Hva synes du om Mental Helse?

Reflekterende spørsmål:

- Hva tror du kan være en årsak til at flere menn enn kvinner tar sitt eget liv i Norge?

Det var alt vi hadde, er det noe mer du har på hjertet som du føler du ikke har fått sagt?

Tusen takk for at du tok deg tid til å stille opp, og åpne deg for oss. Vi setter virkelig stor pris på ditt bidrag! Som vi innledningsvis nevnte så kommer svarene dine til å bli holdt helt anonyme og slettet så fort vi har mottatt vår sensur.

Vedlegg 3: Spørreundersøkelse og deskriptiv statistikk

Link til spørreundersøkelsen:

https://bino.qualtrics.com/jfe/form/SV_3qK5rUXFMidxUwZ

Q1:

Er du heltidsstudent?

Ja

Nei

Q2:

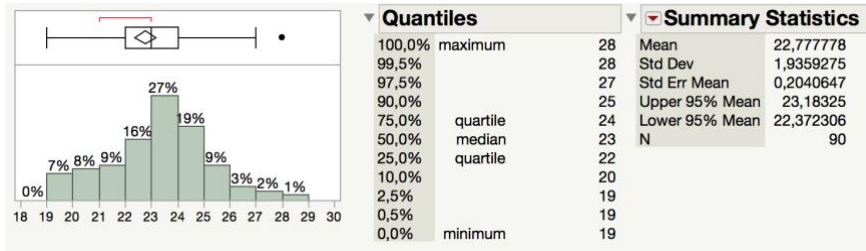
Kjønn?

Mann

Kvinne

Q3:

Hva er din alder?



Q4:

Hva er din nåværende bosituasjon?

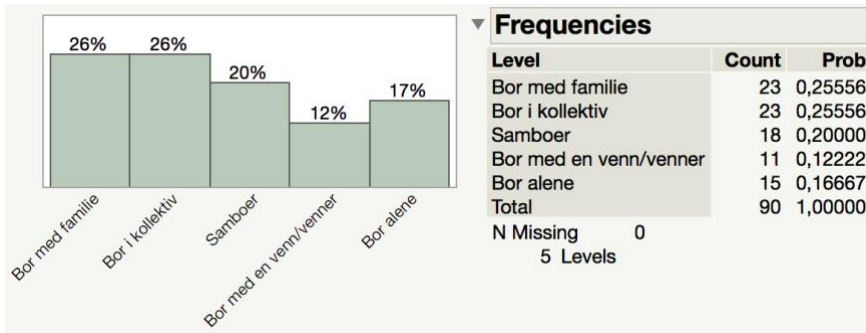
Bor med familie

Bor i kollektiv

Samboer

Bor med en venn/venner

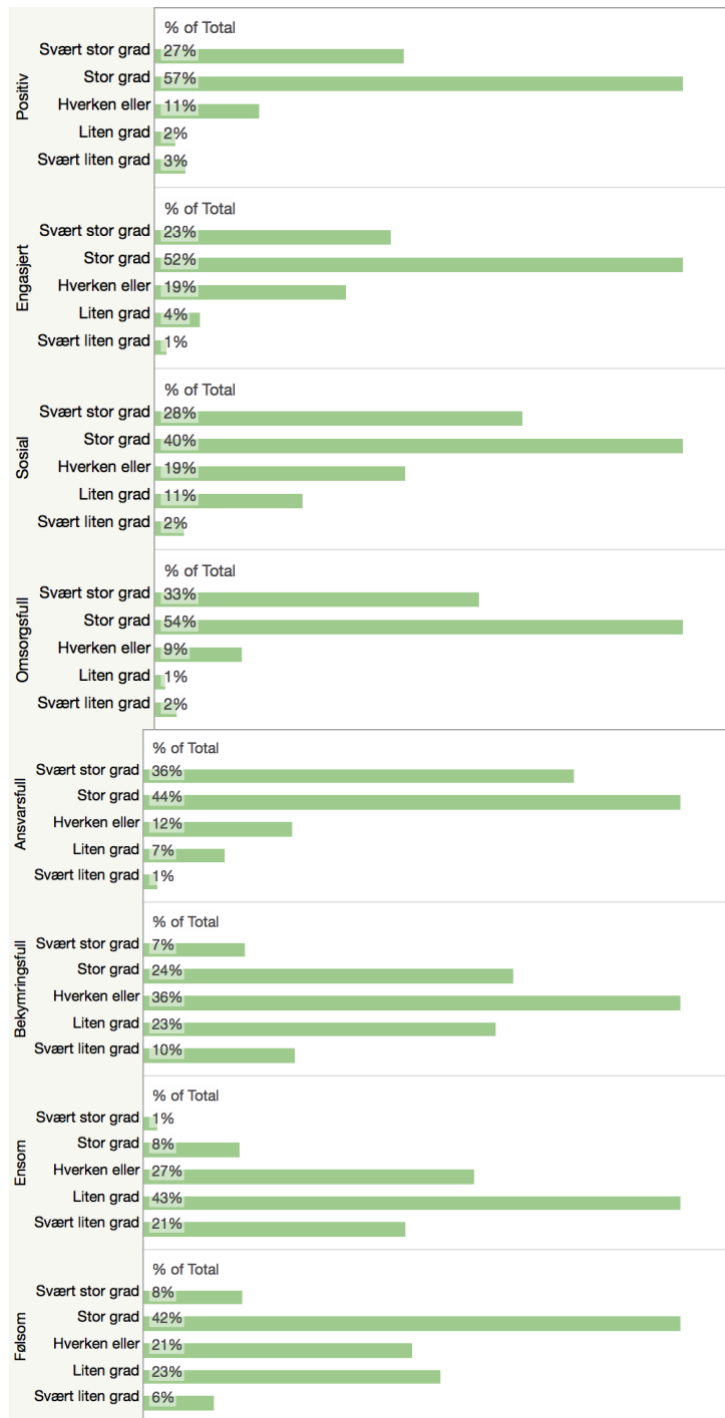
Bor alene



Q5:

I hvilken grad vil du si at du er:

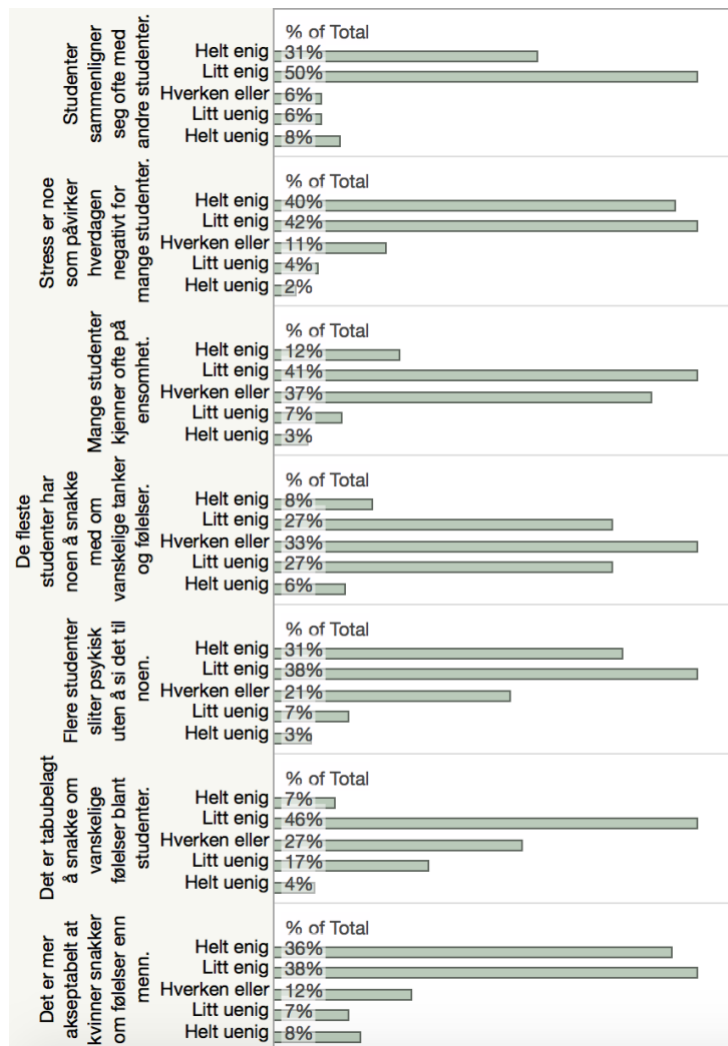
	Svært liten grad	Liten grad	Hverken eller	Stor grad	Svært stor grad
Positiv	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Engasjert	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sosial	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Omsorgsfull	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ansvarsfull	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Bekymringsfull	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ensom	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Følsom	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Q6:

Hvor enig eller uenig er du i følgende utsagn?

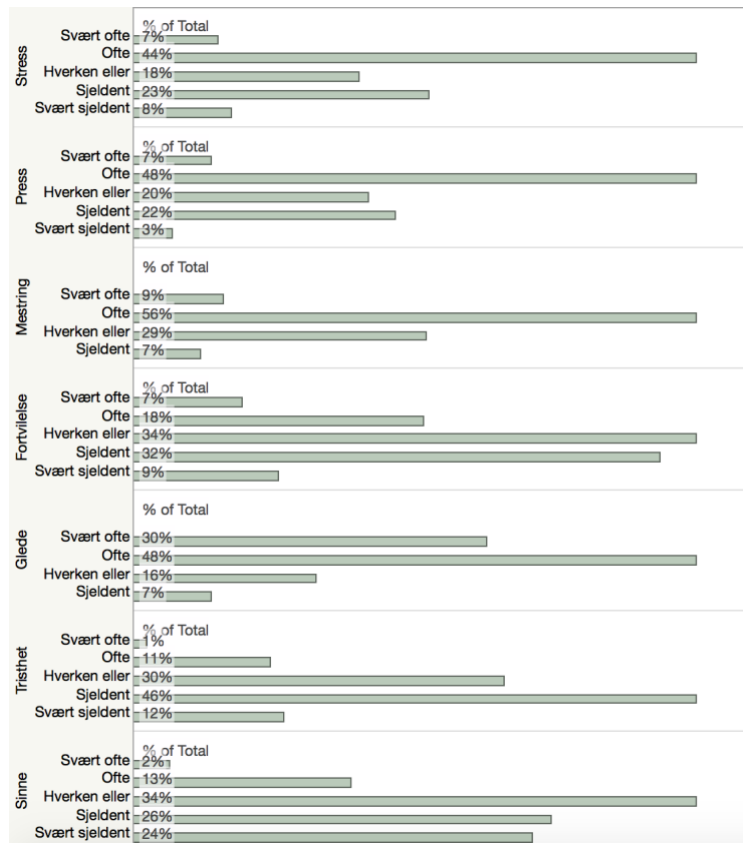
	Helt uenig	Litt uenig	Hverken eller	Litt enig	Helt enig
Studenter sammenligner seg ofte med andre studenter.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Stress er noe som påvirker hverdagen negativt for mange studenter.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mange studenter kjenner ofte på ensomhet.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
De fleste studenter har noen å snakke med om vanskelige tanker og følelser.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Flere studenter sliter psykisk uten å si det til noen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det er tabubelagt å snakke om vanskelige følelser blant studenter.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det er mer akseptabelt at kvinner snakker om følelser enn menn.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Q7:

Jeg kjenner ofte på følelser som:

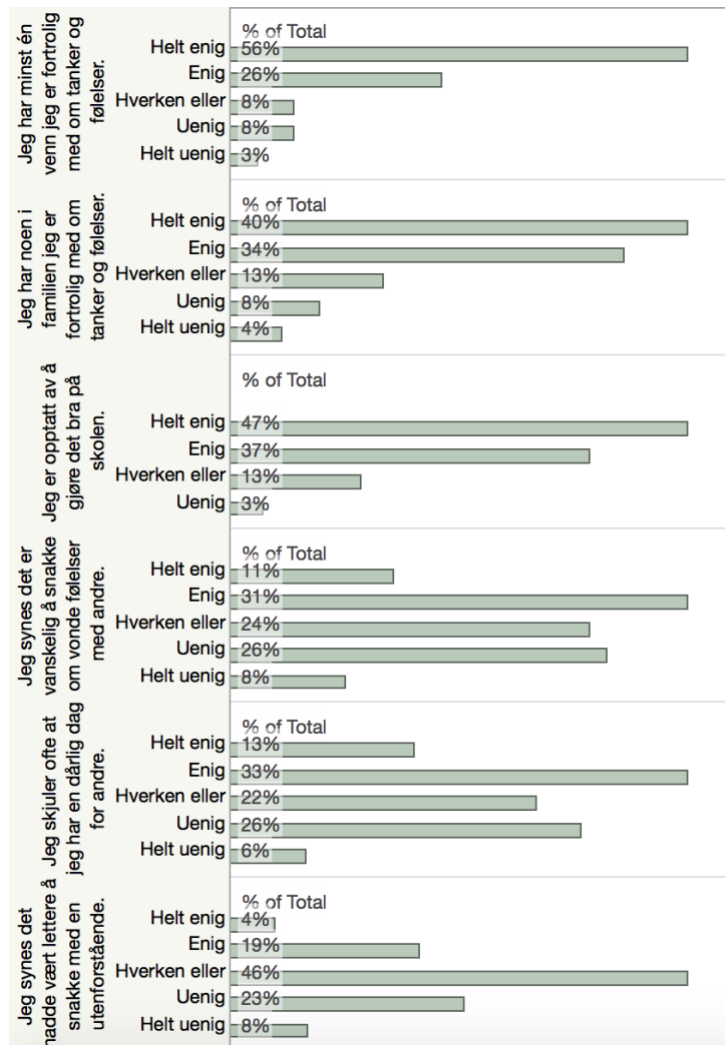
	Svært sjeldent	Sjeldent	Hverken eller	Ofte	Svært ofte
Stress	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Press	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mestring	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fortvilelse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Glede	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tristhet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sinne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Q8:

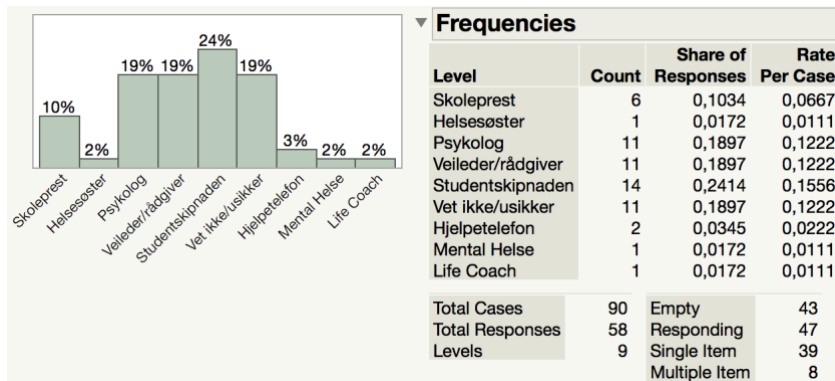
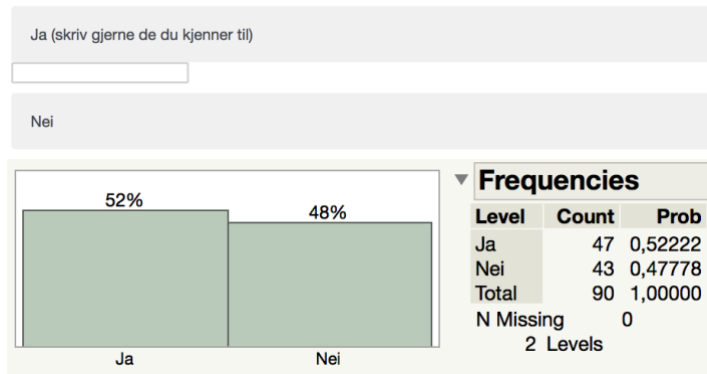
Hvor enig eller uenig er du i følgende utsagn om deg selv?

	Helt uenig	Uenig	Hverken eller	Enig	Helt enig
Jeg har minst én venn jeg er fortrolig med om tanker og følelser.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har noen i familien jeg er fortrolig med om tanker og følelser.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg er opptatt av å gjøre det bra på skolen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg synes det er vanskelig å snakke om vonde følelser med andre.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg skjuler ofte at jeg har en dårlig dag for andre.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg synes det hadde vært lettere å snakke med en utenforstående.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Q9: (Respondentene som svarer nei blir sendt til Q11)

Kjenner du til noen tilbud for studenter som ønsker noen å snakke med?

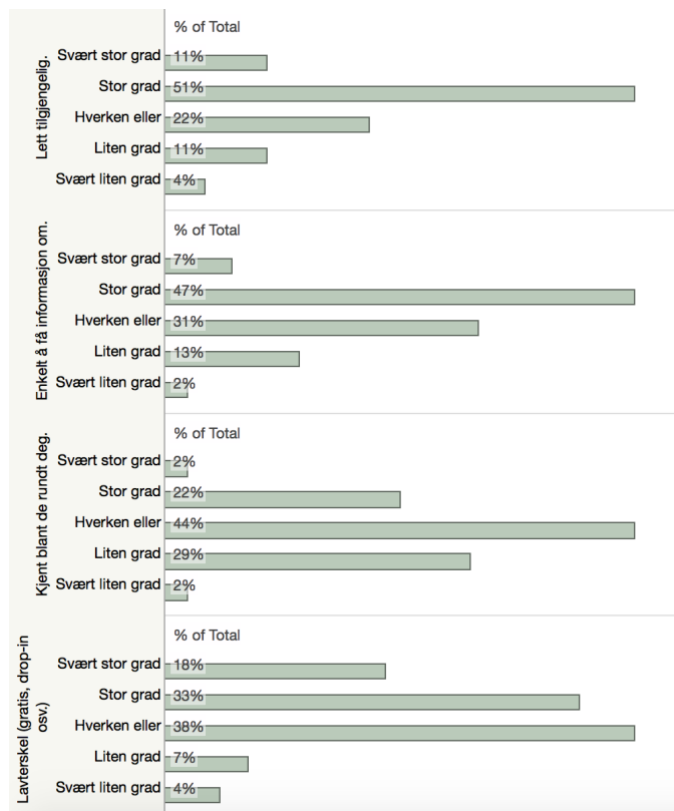


(Tabellen over viser hvilke tilbud de som svarte “ja” har nevnt, kategorisert med labels).

Q10:

I hvilken grad oppfatter du tilbudene som:

	Svært liten grad	Liten grad	Hverken eller	Stor grad	Svært stor grad
Lett tilgjengelig.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Enkelt å få informasjon om.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kjent blant de rundt deg.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lavterskel (gratis, drop-in osv.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Q11: (Respondentene som velger “ingen” blir sendt til Q13, og respondentene som velger minst et alternativ får ikke Q13)

Har du benyttet deg av noen av disse tilbudene for psykisk helse? (Velg alle som passer).

Fastlege

Psykolog

Helsesøster

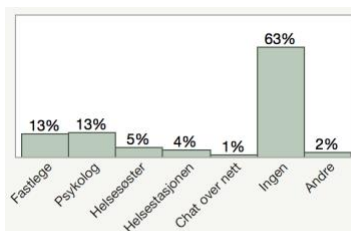
Helsestasjonen

Hjelpetelefon

Chat over nett

Ingen

Andre (gjerne spesifiser).

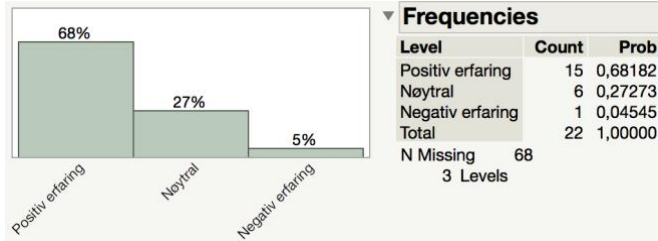


Level	Count	Share of Responses	Rate Per Case
Fastlege	13	0,1250	0,1444
Psykolog	14	0,1346	0,1556
Helsesøster	5	0,0481	0,0556
Helsestasjonen	4	0,0385	0,0444
Chat over nett	1	0,0096	0,0111
Ingen	65	0,6250	0,7222
Andre	2	0,0192	0,0222
Total Cases	90	Empty	3
Total Responses	104	Responding	87
Levels	7	Single Item	76
		Multiple Item	11

Q12:

Hva er din erfaring med tilbudet/tilbudene?

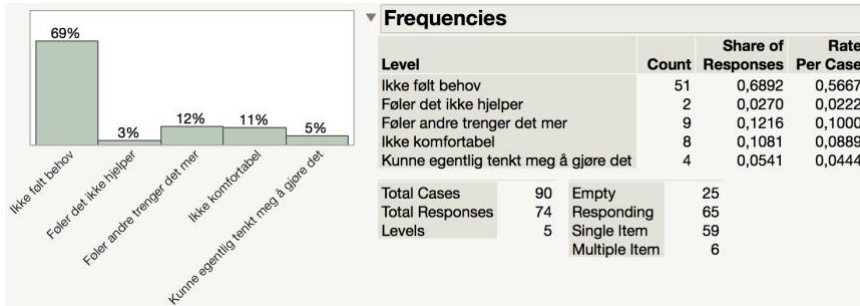
- Positiv erfaring
- Nøytral
- Negativ erfaring



Q13:

Hvorfor har du ikke benyttet deg av noen tilbud? (Velg alle som passer).

- Har ikke følt behov
- Føler ikke at det hjelper
- Føler andre trenger det mer enn meg
- Er ikke komfortabel med det
- Kunne egentlig tenkt å gjøre det (gjerne spesifiser hvilket tilbud)



Q14:

I hvilke situasjoner bør man ta kontakt med et studenttilbud for psykisk helse? (Velg alle som passer).

Psykiske plager (depresjon, angst osv.)

Kjærlighetssorg

Ensomhet

Lite energi

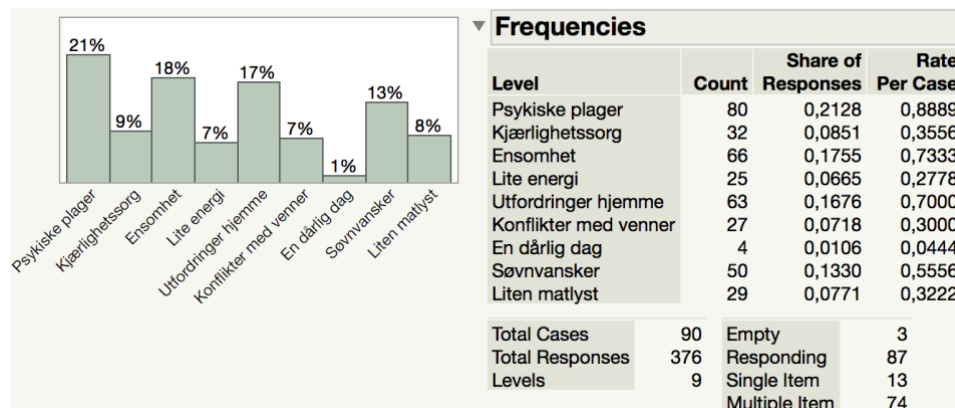
Utfordringer hjemme

Konflikter med venner

En dårlig dag

Søvnvansker

Liten matlyst



Q15:

Hvilke kvaliteter mener du et tilbud for studenter bør ha? (Velg alle som passer).

Gratis

Drop-in

Lange åpningstider

Døgnåpen kontakt

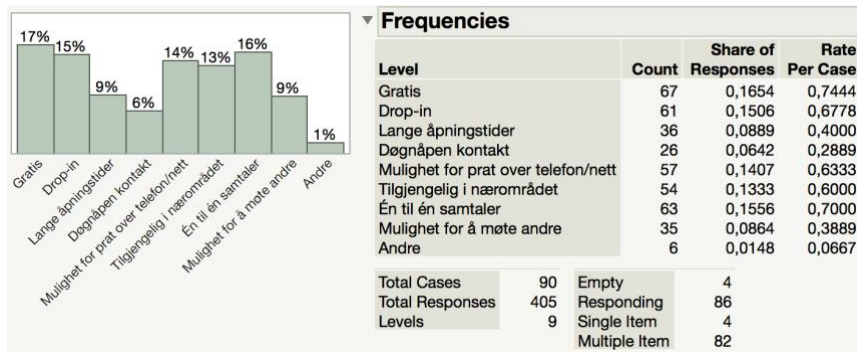
Mulighet for prat over telefon/nett

Tilgjengelig i nærområdet

En til én samtaler

Mulighet for å møte andre studenter i samme situasjon

Andre (gjærne spesifiser)



Q16:

Hvor ville du likt å få informasjon om et slikt tilbud? (Velg alle som passer).

Facebook

Instagram

Snapchat

YouTube

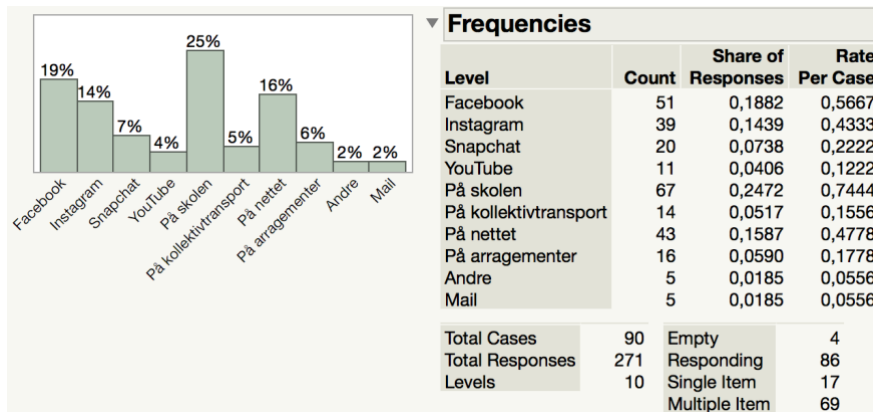
På skolen (undervisning, foredrag osv.)

På kollektivtransport

På nettet (Google)

På arrangementer

Andre (gjørne spesifiser)



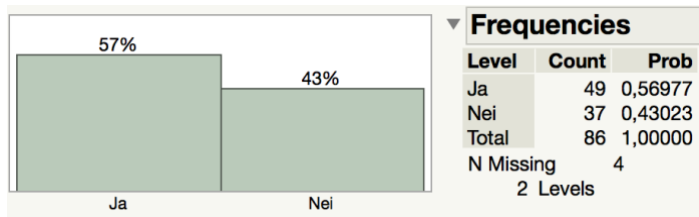
(Laget en egen label for "Mail" da flere respondenter skrev dette under "Andre").

Q17: (Respondentene som svarer "Nei" blir sendt til Q20, og respondentene som svarer "Ja" får ikke Q20)

Har du hørt om Mental Helse?

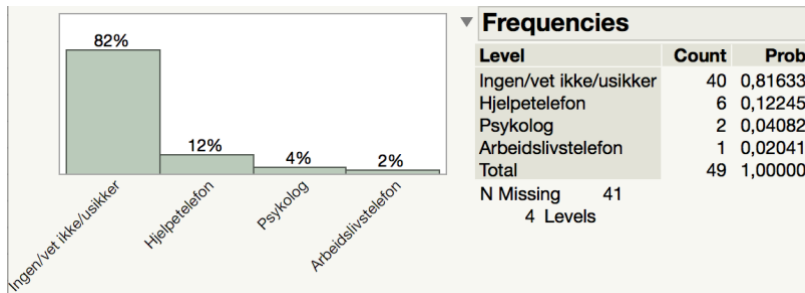
Ja

Nei



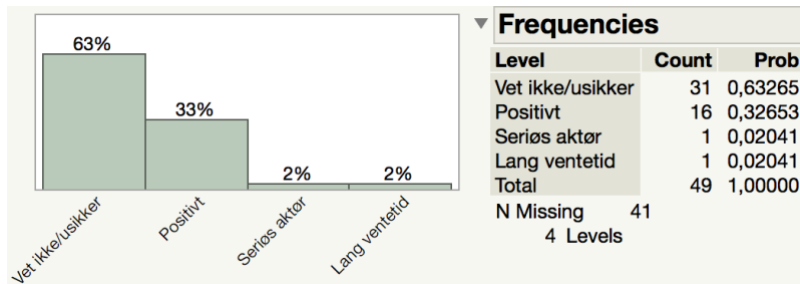
Q18:

Hvilke tilbud kjenner du til som Mental Helse tilbyr?



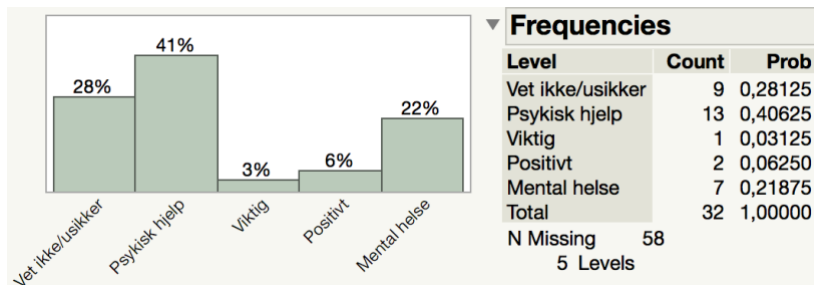
Q19:

Hvilket inntrykk har du av Mental Helse?



Q20:

Hva tenker du på når du hører organisasjonsnavnet Mental Helse?

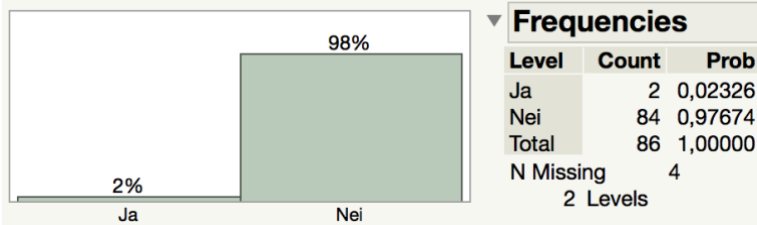


Q21:

Har du hørt om Ung Arena?

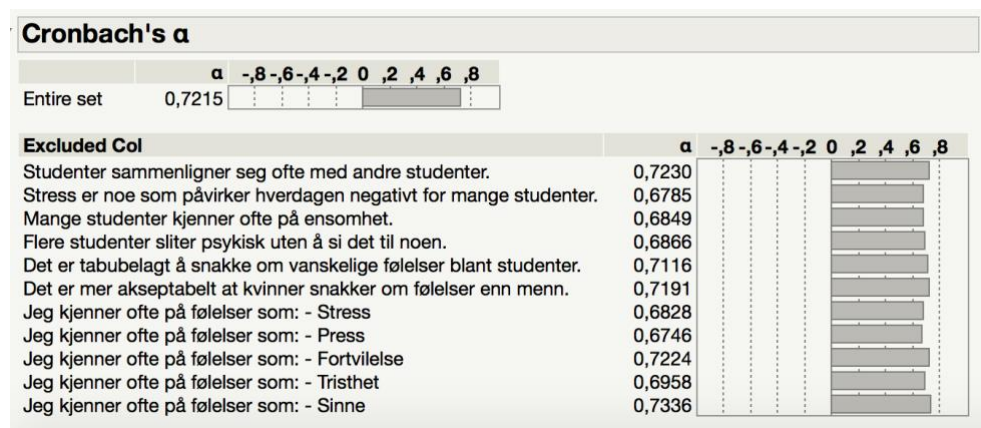
Ja

Nei



Vedlegg 4: Cronbachs alfa

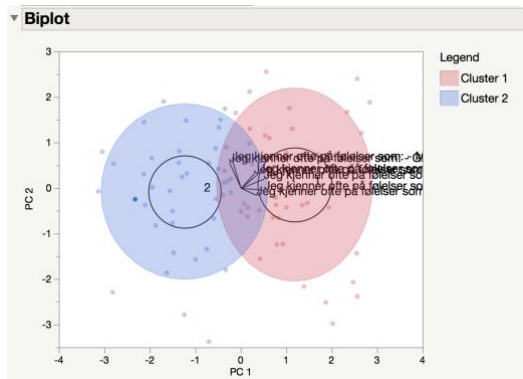
Cronbachs alfa analyse basert på spørsmål Q6 og Q7, som tar for seg målgruppens holdning til “egen” psykiske helse.



Vedlegg 5: Clusteranalyse

Clustering basert på Q7 “Fremtredende følelser”.



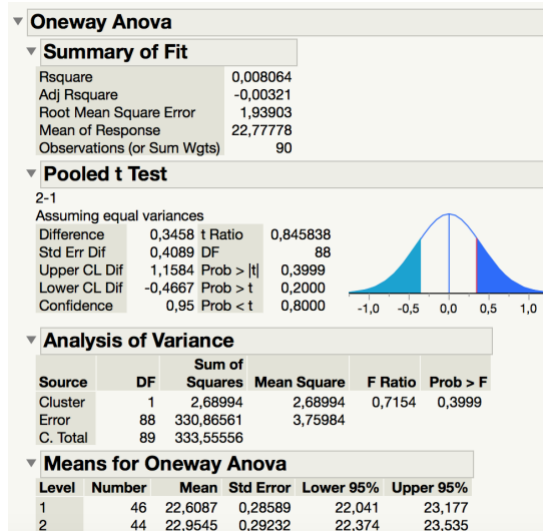
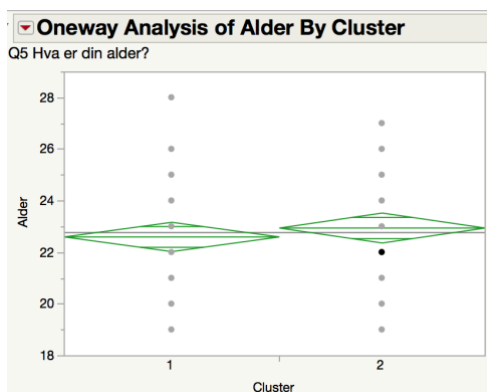


Vedlegg 6: Clustrene testet opp mot ulike variabler

6.1 Clustrene testet opp mot alder

Signifikansnivå (alfa) = 0,05, p-verdi = 0,39
 $0,05 < 0,39$

Ingen signifikant forskjell mellom clustrene. Ser i analysen at gjennomsnittet i clustrene er tilnærmet like: Cluster 1 = 22,6 og cluster 2 = 22,9.



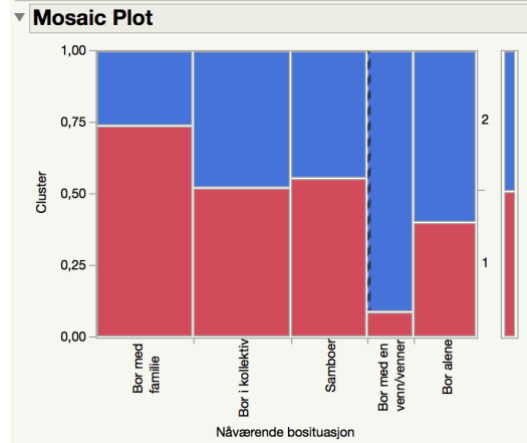
6.2 Clustrene testet opp mot bosituasjon

Signifikansnivå (alfa) = 0,05, p-verdi = 0,0093

$0,05 > 0,0093$

Det er signifikante mønstre mellom clustrene.

NB! Én rute med antall observasjoner under 5. Validiteten er truet!



Q6 Hva er din nåværende bosituasjon?

Contingency Table

Nåværende bosituasjon	Cluster		Total
	1	2	
Bor med familie	17	6	23
Bor i kollektiv	12	11	23
Samboer	10	8	18
Bor med en venn/venner	1	10	11
Bor alene	6	9	15
Total	46	44	90

Tests

	N	DF	-LogLike	RSquare (U)
	90	4	7,4277193	0,1191

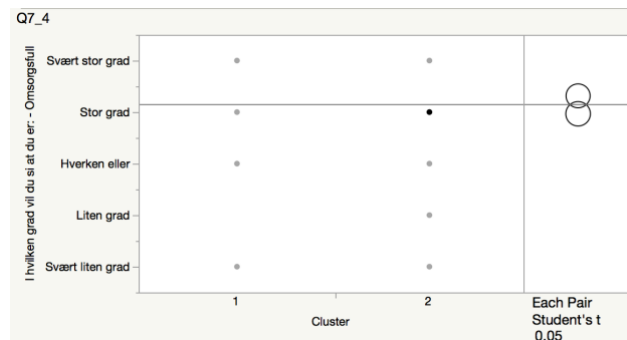
Test	ChiSquare	Prob>ChiSq
Likelihood Ratio	14,855	0,0050*
Pearson	13,452	0,0093*

6.3 Clustrene testet opp mot variabelen "omsorgsfull"

Signifikansnivå (alfa) = 0,05, p-verdi = 0,04

$0,05 > 0,04$

Signifikante mønstre mellom clustrene.



Oneway Anova

Summary of Fit

Rsquare	0,047322
Adj Rsquare	0,036496
Root Mean Square Error	0,791187
Mean of Response	4,155556
Observations (or Sum Wgts)	90

Pooled t Test

2-1

Assuming equal variances

Difference	-0,34881	t Ratio	-2,09074
Std Err Dif	0,16684	DF	88
Upper CL Dif	-0,01726	Prob > t	0,0394*
Lower CL Dif	-0,68037	Prob > t	0,9803
Confidence	0,95	Prob < t	0,0197*

Analysis of Variance

Source	DF	Sum of Squares	Mean Square	F Ratio	Prob > F
Cluster	1	2,736254	2,73625	4,3712	0,0394*
Error	88	55,085968	0,62598		
C. Total	89	57,822222			

Means for Oneway Anova

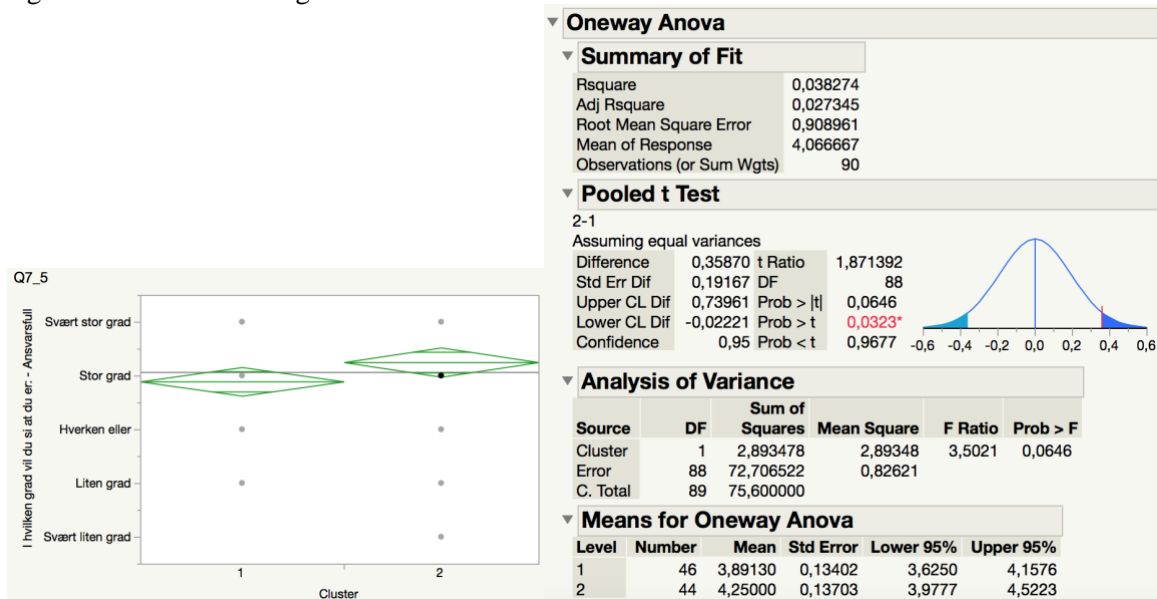
Level	Number	Mean	Std Error	Lower 95%	Upper 95%
1	46	4,32609	0,11665	4,0943	4,5579
2	44	3,97727	0,11928	3,7402	4,2143

6.4 Clustrene testet opp mot variabelen “ansvarsfull”

Signifikansnivå (alfa) = 0,05, p-verdi = 0,06

$0,05 < 0,06$

Testen er ikke signifikant, men antyder noen signifikante mønstre mellom clustrene. Hadde vært signifikant ved en ensidig test.

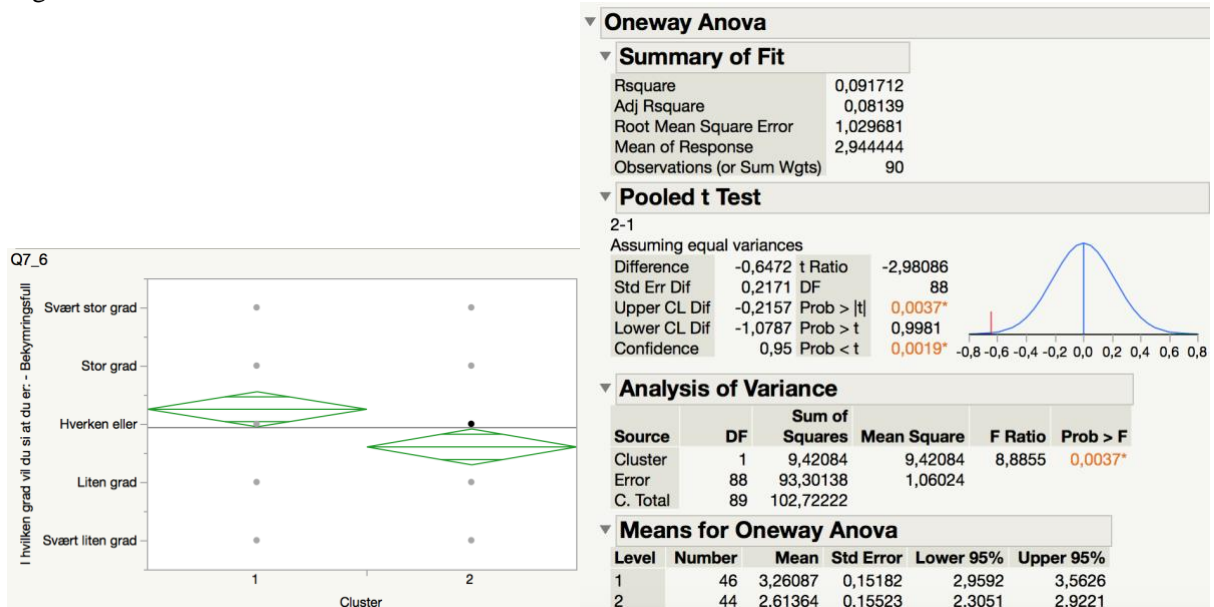


6.5 Clustrene testet opp mot variabelen “bekymringsfull”

Signifikansnivå (alfa) = 0,05, p-verdi = 0,003

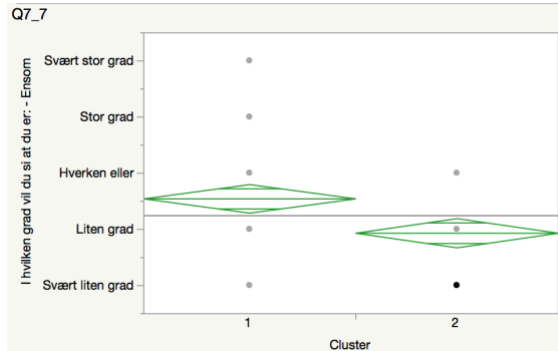
$0,05 > 0,003$

Signifikante mønstre mellom clustrene.



6.6 Clustrene testet opp mot variabelen "ensom"

Signifikansnivå (alfa) = 0,05, p-verdi = 0,001
 0,05 > 0,001
 Signifikante mønstre mellom clustrene.



Oneway Anova

Summary of Fit

Rsquare	0,112751
Adj Rsquare	0,102669
Root Mean Square Error	0,867392
Mean of Response	2,244444
Observations (or Sum Wgts)	90

Pooled t Test

2-1
 Assuming equal variances

Difference	-0,61166	t Ratio	-3,34409
Std Err Dif	0,18291	DF	88
Upper CL Dif	-0,24817	Prob > t	0,0012*
Lower CL Dif	-0,97515	Prob > t	0,9994
Confidence	0,95	Prob < t	0,0006*

Analysis of Variance

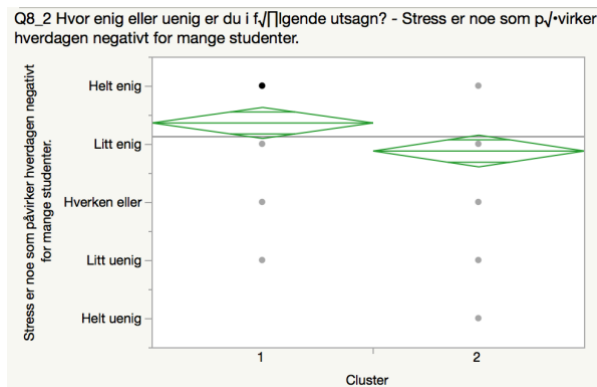
Source	DF	Sum of Squares	Mean Square	F Ratio	Prob > F
Cluster	1	8,413724	8,41372	11,1830	0,0012*
Error	88	66,208498	0,75237		
C. Total	89	74,622222			

Means for Oneway Anova

Level	Number	Mean	Std Error	Lower 95%	Upper 95%
1	46	2,54348	0,12789	2,2893	2,7976
2	44	1,93182	0,13076	1,6720	2,1917

6.7 Clustrene testet opp mot variabelen "stress er noe som påvirker hverdagen negativt for mange studenter"

Signifikansnivå (alfa) = 0,05, p-verdi = 0,01
 0,05 > 0,01
 Signifikante mønstre mellom clustrene.



Oneway Anova

Summary of Fit

Rsquare	0,066974
Adj Rsquare	0,056372
Root Mean Square Error	0,911724
Mean of Response	4,133333
Observations (or Sum Wgts)	90

Pooled t Test

2-1
 Assuming equal variances

Difference	-0,48320	t Ratio	-2,51333
Std Err Dif	0,19226	DF	88
Upper CL Dif	-0,10113	Prob > t	0,0138*
Lower CL Dif	-0,86527	Prob > t	0,9931
Confidence	0,95	Prob < t	0,0069*

Analysis of Variance

Source	DF	Sum of Squares	Mean Square	F Ratio	Prob > F
Cluster	1	5,250791	5,25079	6,3168	0,0138*
Error	88	73,149209	0,83124		
C. Total	89	78,400000			

Means for Oneway Anova

Level	Number	Mean	Std Error	Lower 95%	Upper 95%
1	46	4,36957	0,13443	4,1024	4,6367
2	44	3,88636	0,13745	3,6132	4,1595

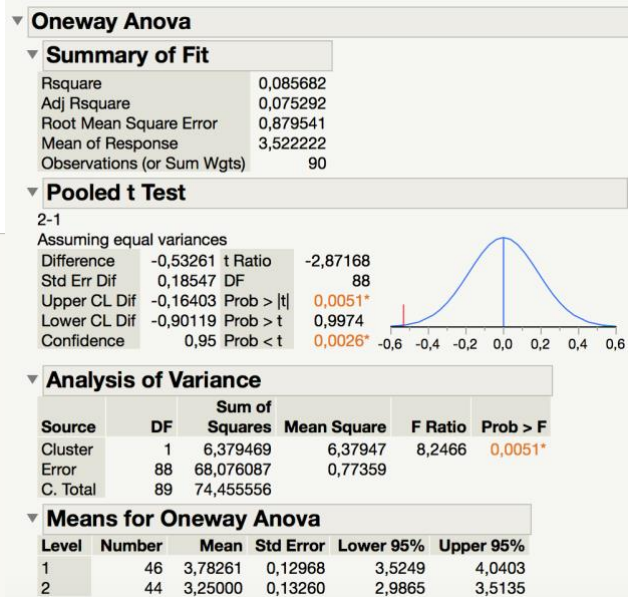
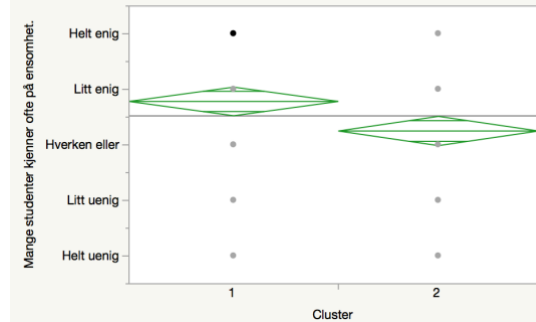
6.8 Clustrene testet opp mot variabelen “mange studenter kjenner ofte på ensomhet”

Signifikansnivå (alfa) = 0,05, p-verdi = 0,005

0,05 > 0,005

Signifikante mønstre mellom clustrene.

Q8_3 Hvor enig eller uenig er du i følgende utsagn? - Mange studenter kjenner ofte på ensomhet.



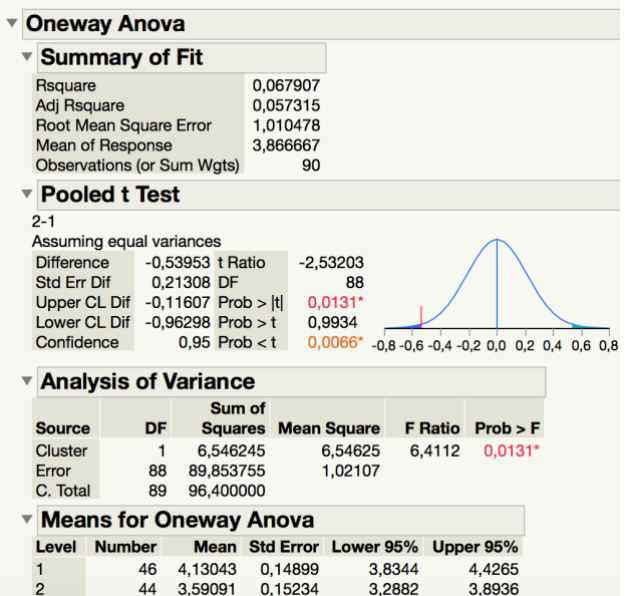
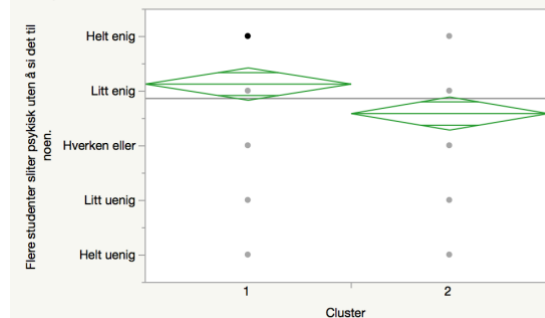
6.9 Clustrene testet opp mot variabelen “flere studenter sliter psykisk uten å si det til noen”

Signifikansnivå (alfa) = 0,05, p-verdi = 0,01

0,05 > 0,01

Signifikante mønstre mellom clustrene.

Q8_5 Hvor enig eller uenig er du i følgende utsagn? - Flere studenter sliter psykisk uten å si det til noen.

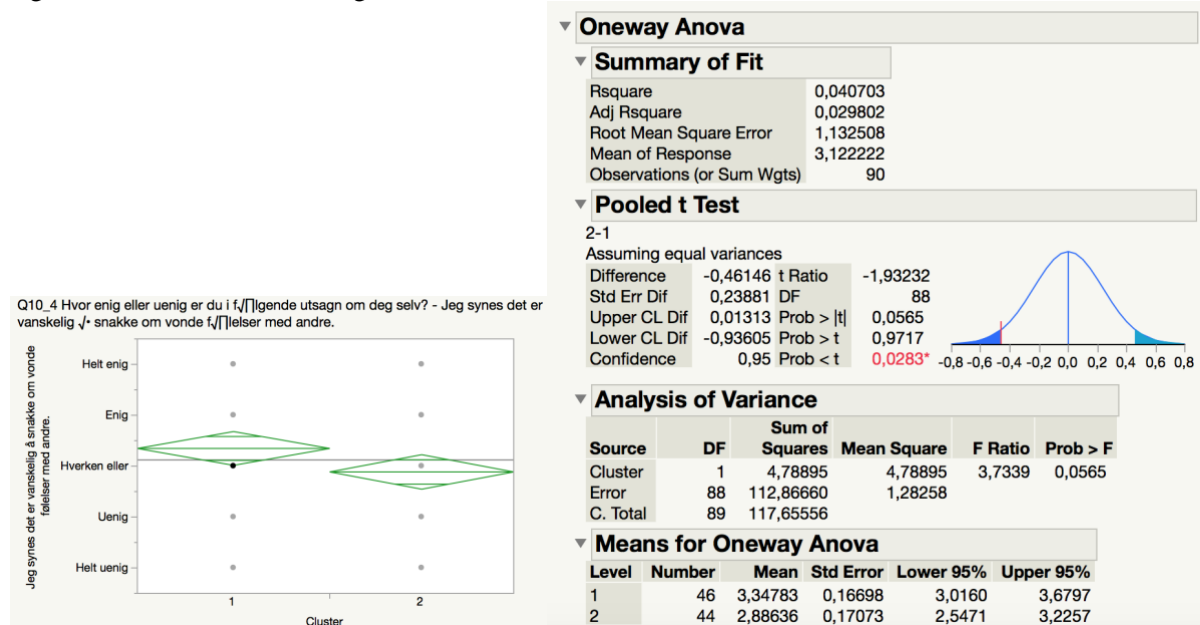


6.10 Clustrene testet opp mot variabelen “jeg synes det er vanskelig å snakke om vonde følelser med andre”

Signifikansnivå (alfa) = 0,05, p-verdi = 0,056

$0,05 > 0,056$

Testen er ikke signifikant, men antyder signifikante mønstre mellom clustrene. Testen hadde vært signifikant om den var ensidig.

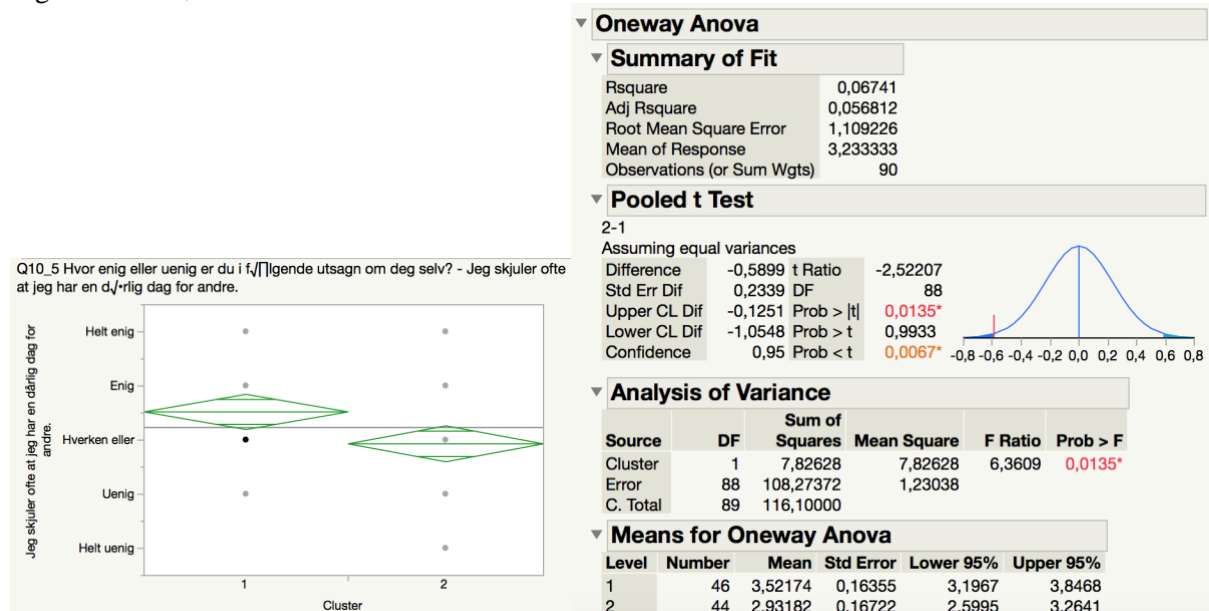


6.11 Clustrene testet opp mot variabelen “jeg skjuler ofte at jeg har en dårlig dag for andre”

Signifikansnivå (alfa) = 0,05, p-verdi = 0,01

$0,05 > 0,01$

Signifikante mønstre mellom clustrene.

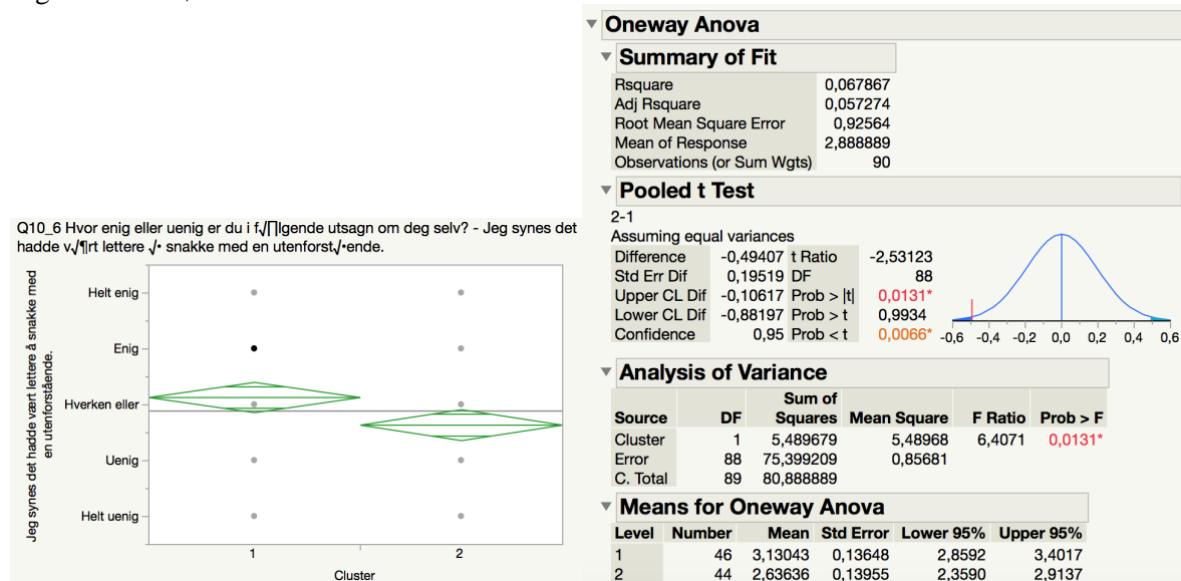


6.12 Clustrene testet opp mot variabelen “jeg synes det hadde vært lettere å snakke med en utenforstående”

Signifikansnivå (alfa) = 0,05, p-verdi = 0,01

0,05 > 0,01

Signifikante mønstre mellom clustrene.



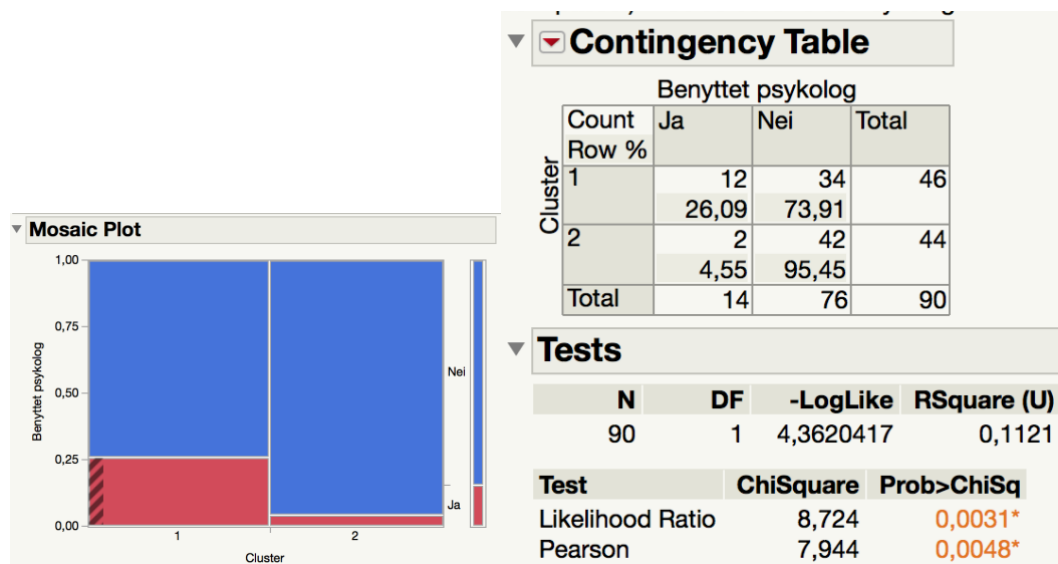
6.13 Clustrene testet opp mot variabelen “benyttet psykolog for psykisk helse”

Signifikansnivå (alfa) = 0,05, p-verdi = 0,004

0,05 > 0,004

Signifikante mønstre mellom clustrene.

NB! Én rute med antall observasjoner under 5. Validiteten er truet!



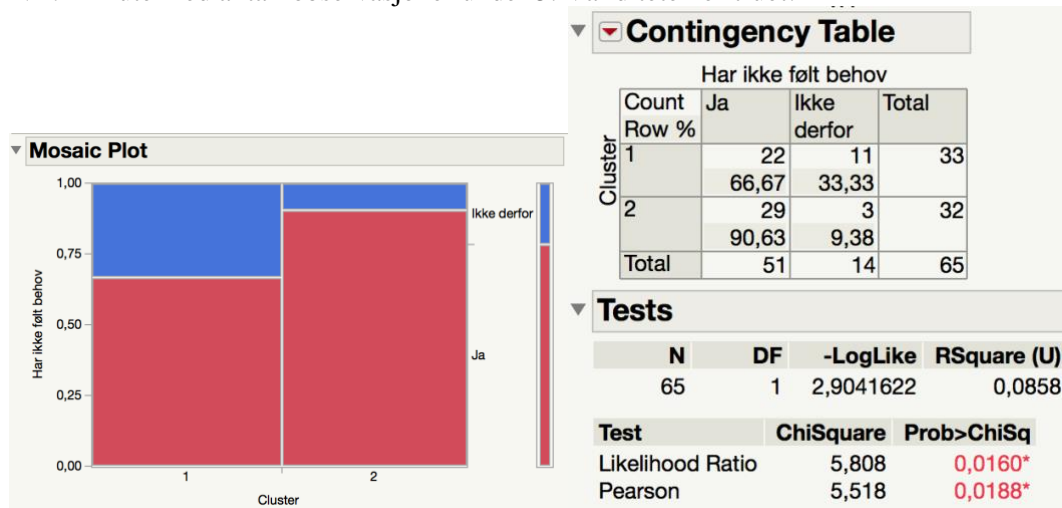
6.14 Clustrene testet opp mot variabelen “ikke benyttet tilbud for psykisk helse fordi du ikke har følt behov”

Signifikansnivå (alfa) = 0,05, p-verdi = 0,01

$0,05 > 0,01$

Signifikante mønstre mellom clustrene.

NB! Én rute med antall observasjoner under 5. Validiteten er truet!





Nyåpning av flere Ung Arena-sentre markerer starten på kampanjen «Fra en mann til en annen»!

Psykisk helse har vært et sentralt tema hele året, og har ført til en ny handlingsplan fra regjeringen denne høsten med formål om forebygging av selvmord. Mental Helse svarer med å sette ytterligere fem nye Ung Arena-sentre i drift i løpet av neste uke. Lavterskeltilbudene for unges psykiske helse blir mer tilgjengelig enn noen gang. Sentrene markerer oppstarten med servering og åpne dører for alle som ønsker en uformell prat. Denne høsten er fokuset spesielt rettet mot å tilpasse tilbudet og aktivitetene til unge menn.

Kampanjen «Fra en mann til en annen» bygger på dette fokuset, med et formål om å informere mennene om Ung Arena. Fra og med i dag er kampanjen i full oppstart, og de neste ukene vil Oslo by bære preg av budskapet «ikke la små problemer vokse seg store». Det er akkurat dette Ung Arena ønsker å gjøre noe med, da de tilbyr et gratis lavterskeltilbud for de mellom 12-25 år.

Unge mannlige studenter vil gjennom de neste tre ukene aktiviseres og involveres i ulike kampanjeaktiviteter. Mental Helse ønsker å bygge en bedre relasjon mellom tilbudet og målgruppen, slik at mennene i en større grad tar vare på sin egne psykiske helse.

For ytterligere kommentar, kontakt:

Kristin Bergersen, kommunikasjonssjef for Mental Helse: 975 23 111



FRA EN MANN TIL EN ANNEN

Kjenner du også på stress før eksamen?
Du er ikke alene.
Ung Arena var der for meg, helt lavterskel.

Ikke la små problemer vokse seg store!

UNG ARENA



MENTAL HELSE

FRA EN MANN TIL EN ANNEN



Kjenner du på ensomhet
i studiehverdagen?
Du er ikke alene.
Ung Arena var der for
meg, helt lavterskel.

Ikke la små problemer
vokse seg store!



UNG ARENA

FRA EN MANN TIL EN ANNEN



Studiehverdagen kan by på utfordringer det er godt å snakke om. Ung Arena var der for meg, helt lavterskel.

Ikke la små problemer vokse seg store!

UNG ARENA



Vedlegg 9: Budsjett

Plakater	Produksjon	10 000 kr	State AS Designbyrå
	Distribusjon	300 000 kr	Clear Channel
Hjemmeside	Design	2 500 kr	Anyone.no
Film	Produksjon	10 000 kr	Ansetter freelancer til filming og mennene får et honorar
	Distribusjon	4 500 kr	Pris justeres i Business Manager og YouTube Ads
Arrangement	Transport	4 000 kr	Oslo bilutleie
	Ballonger og kaffe	600 kr	Ballonger fra Festkompaniet
	Bannere og brosjyrer	4 500 kr	Tre bannere og 500 brosjyrer fra Vistaprint
	Stafettpremie	1 600 kr	Varm lunsj til 16 studenter
Åpen kveld	Pizza	2 430 kr	15 pizzaer fra Peppes Pizza
	Aktiviteter	2 000 kr	Ung Arena får litt ekstra midler til aktivitetene
TOTAL		342 130 kr	