

## Vad är På egna ben?

Din klass är nu med i en utmaning som heter På egna ben. Den går ut på att man ska ta sig till skolan genom att gå, cykla eller åka kollektivtrafik istället för att bli skjutsad i bil. På så vis blir det mindre avgaser i luften och mindre trafik runt skolan – bra och tryggare för alla! Utmaningen är gjord som en poängjakt där alla i klassen hjälps åt att samla poäng och tävla om fina priser.

## Samla poäng

Du får 1 poäng till skolan och 1 poäng från skolan om du går, cyklar, åker skolskjuts eller kollektivtrafik. Med andra ord kan du få max 2 poäng /dag.

## Bonuspoäng

Om du lyckas få ett syskon, kompis eller vuxen att gå, cykla eller åka kollektivt till och från skolan/jobbet så får du en bonuspoäng. Personen får inte själv delta i utmaningen eller räknas av flera deltagare i På egna ben. Du kan få max 1 bonuspoäng /dag. En bra idé är att ta följe med personen på väg till och från skolan!

## Allt du behöver veta

Undrar du något om På egna ben och vilka regler som gäller vid sjukdom, studiedagar och prao hittar du det på vår hemsida.

[www.paegnaben.se](http://www.paegnaben.se)

The logo for 'På egna ben' is located inside a light blue cloud. The word 'PÅ' is in blue with a small snowflake icon above the 'Å'. 'EGNA' is in purple with a hand icon under the 'A'. 'BEN' is in blue with a foot icon under the 'E'.

PÅ  
EGNA  
BEN

# POÄNGKORT

**Namn:** .....

**Skola:** .....

**Klass:** .....

**v. 38**

|                   | Måndag | Tisdag | Onsdag | Torsdag | Fredag             |
|-------------------|--------|--------|--------|---------|--------------------|
| Poäng till skolan |        |        |        |         |                    |
| Poäng från skolan |        |        |        |         |                    |
| Bonuspoäng        |        |        |        |         |                    |
| <b>Summa</b>      |        |        |        |         |                    |
|                   |        |        |        |         | <b>Totalsumma:</b> |

**v. 39**

|                   | Måndag | Tisdag | Onsdag | Torsdag | Fredag             |
|-------------------|--------|--------|--------|---------|--------------------|
| Poäng till skolan |        |        |        |         |                    |
| Poäng från skolan |        |        |        |         |                    |
| Bonuspoäng        |        |        |        |         |                    |
| <b>Summa</b>      |        |        |        |         |                    |
|                   |        |        |        |         | <b>Totalsumma:</b> |

**v. 40**

|                   | Måndag | Tisdag | Onsdag | Torsdag | Fredag             |
|-------------------|--------|--------|--------|---------|--------------------|
| Poäng till skolan |        |        |        |         |                    |
| Poäng från skolan |        |        |        |         |                    |
| Bonuspoäng        |        |        |        |         |                    |
| <b>Summa</b>      |        |        |        |         |                    |
|                   |        |        |        |         | <b>Totalsumma:</b> |

**v. 41**

|                   | Måndag | Tisdag | Onsdag | Torsdag | Fredag             |
|-------------------|--------|--------|--------|---------|--------------------|
| Poäng till skolan |        |        |        |         |                    |
| Poäng från skolan |        |        |        |         |                    |
| Bonuspoäng        |        |        |        |         |                    |
| <b>Summa</b>      |        |        |        |         |                    |
|                   |        |        |        |         | <b>Totalsumma:</b> |

**v. 42**

|                   | Måndag | Tisdag | Onsdag | Torsdag | Fredag             |
|-------------------|--------|--------|--------|---------|--------------------|
| Poäng till skolan |        |        |        |         |                    |
| Poäng från skolan |        |        |        |         |                    |
| Bonuspoäng        |        |        |        |         |                    |
| <b>Summa</b>      |        |        |        |         |                    |
|                   |        |        |        |         | <b>Totalsumma:</b> |