



Om lidt starter kampagnen På Egne Ben, der sætter fokus på aktiv transport til og fra skole. Kampagnen løber fra uge 36 til uge 40. Opstart på skolen er onsdag den 2. september, så der er tid til at få cyklen i gear og få skoene snøret. I 2026 deltager 96 klasser fordelt i tre puljer.

Præmier

Hver uge er der lodtrækning i hver pulje om fine ugepræmier blandt de klasser, der når kvalifikationsgrænsen, som er 80 % af det maksimale antal point per uge. Hovedpræmierne går til de klasser i hver pulje, der samler flest point over alle fem uger: 1. præmie er 5.000 kr., 2. præmie er 3.000 kr. og 3. præmie er 2.000 kr.

Point

Eleverne samler point, når de går, cykler, tager bussen, står på rulleskøjter eller på anden måde kommer aktivt til og fra skole. Hvis eleverne bor langt væk, kan de blive kørt lidt af vejen, men blive sat af mindst 500 meter fra skolen - så kommer der også point på kontoen. Der kan opnås 1 point til skole og 1 point fra skole = max 2 point per dag.

Bonuspoint

Eleven kan optjene max 1 bonuspoint per dag ved at gøre en af nedenstående aktiviteter:

- Få forældre eller søskende til at gå, cykle eller tage bus/tog til arbejde/skole
- Gå, cykle eller tage bussen til en fritidsaktivitet

Din rolle som lærer

Indtast point

Hver mandag skal der indtastes point fra klassen for den foregående uge. Dette skal ske på hjemmesiden (se videoguide her: paaegneben.dk/til-dig-som-laerer/)

Point fra øvelser

Du kan som lærer hjælpe klassen med at samle point ved at lave nogle af de øvelser, som hører til kampagnen (paaegneben.dk/ovelser/). Hver gennemført øvelse udløser 10 point til klassens samlede pointjagt og der gives point for op til 10 øvelser i kampagneperioden. Vi trækker lod om en ekstra præmie blandt de lærere, der gennemfører 10 øvelser i kampagneperioden.

Følg med i dysten

På paaegneben.dk kan I følge med i klassernes placering og læse ugebrevet. Brug det til at motivere eleverne. Tirsdag kl. 12 er alle resultater fra foregående uge tilgængelige på hjemmesiden.

Begejstring smitter

Som lærer er du en rigtig vigtig ambassadør for kampagnen. Når du italesætter kampagnen positivt, så styrker det elevernes motivation. På den måde bliver det sjovere for alle.

Har du spørgsmål, kan du kontakte brc@midttrafik.dk eller moh@midttrafik.dk

Vi ønsker dig og klassen held og lykke!

Startpakken indeholder:

- Pointkort og forældrebreve
- Sammentælling af klassens point
- En plakat til klasseværelset
- En lille gave til eleverne



Tidsplan

Uge 33	• Skolen modtager startmateriale til hver klasse
Uge 34	• Uddel forældrebrev til eleverne • Vi udsender information om kampagnen på Aula
Uge 36	• Sæt plakater op • Uddel pointkort og gaver • Kampagnen går i gang onsdag d. 2. september
Uge 37	• Mandag: Indtast point for uge 1 • Følg stillingen på paaegneben.dk og læs ugebrevet. Pointene er opdateret senest tirsdag kl. 12
Uge 38	• Mandag: Indtast point for uge 2 • Følg stillingen på paaegneben.dk og læs ugebrevet. • Pointene er opdateret senest tirsdag kl. 12
Uge 39	• Mandag: Indtast point for uge 3 • Følg stillingen på paaegneben.dk og læs ugebrevet. • Pointene er opdateret senest tirsdag kl. 12
Uge 40	• Mandag: Indtast point for uge 4 • Følg stillingen på paaegneben.dk og læs ugebrevet. Pointene er opdateret senest tirsdag kl. 12
Uge 41	• Mandag: Indtast point for 5. og sidste uge • Onsdag: Vinderne kåres og får direkte besked. Den endelige stilling bliver offentliggjort på paaegneben.dk