
SVENSKA
SKOLIDROTTSFÖRBUNDET
SKOL
JOGGEN
www.skoljoggen.se

VAD ÄR SKOLJOGGEN?

Skoljoggen är sedan starten 1982 en manifestation för rörelseglädje och hälsa. Hundratusentals unga i hela Sverige deltar årligen i Skoljoggen och bidrar till en festlig stämning på skolorna.

Att delta i Skoljoggen kostar inget. Det finns heller inga krav eller måsten. Alla tar sig fram i sin egen takt och precis som de vill; rullande, krypande, hoppande, springande eller gående. På varje skola bestämmer elever och lärare själva hur de vill ha sin Skoljoggen. En del skapar en hel hälsovecka, andra gör en friluftsdag och några delar upp sin dag med Skoljoggen på förmiddagen och diskussioner om hälsa på eftermiddagen. Och så finns det förstås de som bara genomför Skoljoggen under en snabb timme och avslutar med gemensam fika. Det finns inget rätt eller fel. Vi vill att Skoljoggen ska göra barn och unga mer sugna på att röra sig. Därför tror vi inte att tävling och prestation ska vara i fokus. Roligast har de som får röra sig efter eget önskemål och i ett arrangemang som är skapat av dem själva.





HUR FUNKAR DET?

Det är varje enskild skola som arrangerar Skoljoggen men Skolidrottsförbundet är den samlande organisationen som bistår med information, råd och tips och som bistår med möjligheten att beställa profilsaker till Skoljoggen. På www.skoljoggen.se finns allt du behöver för en lyckad dag med Skoljoggen!

SPRINGSLANTEN

I samband med Skoljoggen finns möjligheten att samla in en frivillig Springslant bland deltagande elever, skolpersonal, föräldrar och andra. Samtidigt som elever rör på sig gör de också gott för andra barn. De insamlade pengarna till Springslanten 2026 används för att stötta den ideella organisationen **AjaBajaCancer**.

När ett barn drabbas av cancer vänds livet upp och ner. **AjaBajaCancer** underlättar vardagen för familjer som lever med barncancer. De erbjuder familjer både ekonomiskt, psykologiskt och socialt stöd genom exempelvis presentkort på mat, biljetter till evenemang eller samtalsstöd. Tack vare ert engagemang kan **AjaBajaCancer** ge ännu mer stöd, omtanke och konkreta insatser som underlättar vardagen för alla som drabbas.

VILKA ÄR SKOLIDROTTSFÖRBUNDET?

Det är Skolidrottsförbundet som står bakom Skoljoggen och de är riksorganisationen för landets samtliga skolidrottsföreningar och alla deras medlemar. Skolidrottsföreningen (Skol-IF) är barn och ungas egen förening. Här idrottar unga på sina egna villkor i anslutning till skoldagen. Tanken med en Skol-IF är att ge alla barn och ungdomar möjlighet till en enkel, rolig och billig fysisk aktivitet. Föreningens grund är eftermiddagsaktiviteter och återkommande arrangemang där alla kan vara med.

Har ni ingen skol-IF men vill bilda en? Besök www.skolidrott.se.

Läs mer om Skoljoggen på www.skoljoggen.se

Frågor eller tankar? Mejla skoljoggen@skolidrott.se