

# CHECKLISTA FÖR EN PEP DAG



## Inför

- **Abonnera yta**  
Behöver ni polistillstånd för platsen ni ska vara på? Kostar det att hyra ytan?
- **Nätverk och förankring**  
Ta stöd och samverka med lokala nätverk och Generation Peps folkrörelse. Vilka behöver involveras för att genomförandet ska bli så bra som möjligt?
- **Kostnader kopplade till dagen**  
Det är lättare att hitta sponsorer om det går att vara tydlig med vad ni önskar hjälp med.
- **Innehåll under dagen**  
Sätt en plan tidigt för hur de fyra områdena (fysisk aktivitet, hälsosamma matvaror, kunskap, folkrörelse) kan implementeras på smidigast sätt. Se stödmaterial och saker att tänka på i de fyra boxarna ovan.
- **Kommunikation och marknadsföring**  
Använd gärna Generation Peps mallar för pressmeddelande och affischer. Kontakta skolor och förskolor, sprid info i området och digitalt, samarbeta med kommunen för spridning eller kontakta lokalmedia.
- **Praktiska handläggning**  
Behöver deltagande organisationer tält på plats? Behövs det eller finns det till exempel el, WC och sophantering på plats?
- **Tydlig info inför till deltagande organisationer**  
Skicka ut praktisk information till deltagande organisationer med information om tider, tilldelad yta, förväntningar, spridning av information och annat väsentligt inför dagen. Försäkra er om att informationen har mottagits.
- **Långsiktighet**  
Pep Dagen är startskottet! Säkerställ att ett antal organisationer kan ha möjlighet att erbjuda barn att prova på aktiviteten i den ordinarie verksamheten.
- **Inkluderande yta**  
Alla ska kunna delta!

## Under

- **Ha ett spikat program**  
Skapa ett tydligt program som delas med alla deltagande organisationer vid behov.
- **Premiera det hälsosamma på plats**  
Det ska vara lätt att göra rätt.
- **Deltagande ska premieras**  
Anordna inte några prestationsbaserade tävlingar.
- **Enkelhet i budskap och aktiviteter**  
De som inte gillar att röra på sig är enklare att nå om trösklarna är låga och en del av aktiviteterna eller tipsen går att applicera i det vardagliga livet.
- **Gemensam genomgång**  
Ha en genomgång på området med alla organisationer innan evenemangsstart. Ha även schemalagda och tydliga ansvarsområden baserat på praktisk planering ovan.
- **Etablering och avetablering**  
Räkna med att tid behövs för etablering och avetablering på ytan. Kontrollera även om ni behöver spärra av någon yta.
- **Information till besökare**  
Ha skyltar med karta över området samt hålltider vid behov, alternativt ha några välkomstfunktionärer som kan guida besökarna rätt.
- **Sjukvårdare**  
Ha ett sjukvårdskit med er. Vid en större Pep Dag kan ni behöva ett sjukvårdstält eller sjukvårdare på plats vid behov.
- **Funktionärer**  
Vid en stor Pep Dag, ha ett antal övergripande funktionärer på plats som kan hjälpa till där det behövs vid behov.
- **Ungdomsledare**  
Om möjligheten till ungdomsledare finns så använd dem och koppla gärna ihop dem med organisationerna i efterhand. Det kan vara ett första steg för ungdomar att bli ledare.
- **Karta för deltagare och organisationer**  
Ge en övergripande bild av området vid behov.
- **Diplom för barnen**  
Se det nedladdningsbara materialet ovan checklistan på webbsidan om verktyget Pep Dag.

## Efter

- **Pep Dagen som startskott**  
Hur många får möjlighet att prova på en aktivitet i ordinarie verksamhet efter Pep Dagen?
- **Kunskapsspridning**  
Har besökarna fått kunskap man kan applicera i vardagen efter Pep Dagen?
- **Utvärdera er dag internt**  
Gör det återkommande och ta med lärdomar från årets genomförande till framtida Pep Dagar.
- **Utvärdera er dag tillsammans med samarbetspartners**  
Skicka ut en enkät till deltagande organisationer och föreningar för att få deras synpunkter för att ha möjlighet att förbättra framtida genomföranden.
- **Dela godkända bilder med samarbetspartners för spridning i sociala medier**  
Kom ihåg att använda bilder där målsman har godkänt genom att fylla i era GDPR-blanketter. Ni kan också klart och tydligt informera inför eventet att det kommer tas foton på plats och vad ändamålet med foton är.