

# Programme hebdomadaire de marche et de transport à roues actif

Un événement hebdo amusant incite les écoliers à se déplacer régulièrement à pied ou en transport à roues actif

Theme: **Éducation, Encouragement** • Audience: **Conseil scolaire, Directeurs, Écoliers, Enseignants, Parents** • School Grade: **De la 1ère à la 3e année, De la 4e à la 8e année, Maternelle** • Mode: **Fauteuil roulant, Marche, Planche à rouettes, Trottinette, Vélo** • Issues: **Culture de l'école**

## Purpose:

Inciter les écoliers à se déplacer régulièrement à pied ou en transport à roues actif, un jour par semaine (p. ex., Mercredis «?Je marche/Je roule?»).

## Description:

Un jour par semaine, les écoliers seront encouragés à se déplacer à pied ou en transport à roues actif. Certaines écoles choisissent de le faire moins souvent, p. ex., toutes les deux semaines ou mensuellement. Grâce à ce genre d'événement régulier, l'importance de l'activité physique reste présente dans l'esprit des élèves tout au long de l'année scolaire. Le programme complète également le [pédibus](#) et le **train-vélo** ainsi que les événements spéciaux comme le [jour de la marche et du vélo](#).

Voici quelques idées pour inciter vos élèves à se déplacer à pied ou en transport à roues actif le jour de l'événement?: 1. remettez un autocollant à chaque élève qui se déplace de façon active?; 2. créez une œuvre d'art collective à haute visibilité célébrant les élèves qui se déplacent de façon active, p. ex., un [Arbre verdissant](#)?; 3. décernez des certificats, des prix ou autres récompenses à la classe qui affiche le plus grand nombre d'élèves piétons, cyclistes, etc.

Pour que le programme soit aussi inclusif que possible, vous pouvez même compter les écoliers qui se font conduire en voiture comme «?s'étant déplacés de façon active?» si leurs parents se stationnent à cinq minutes ou plus de l'école et laissent leurs enfants faire le reste du trajet à pied («?Garezvous à 5 minutes?»). Pour que les écoliers qui prennent le bus scolaire puissent participer eux aussi à l'événement, certaines écoles organisent une marche de groupe pendant la récréation.

## What you will need:

Matériel et contenu promotionnels (p. ex., de quoi fabriquer des affiches)?; contenu pour le bulletin de l'école et les annonces matinales?; autocollants, certificats et prix, au besoin.

## Help:

Dans l'idéal, un.e enseignant.e, un.e administrateur.trice scolaire, un parent ou un autre membre de la communauté joue le rôle de coordonnateur.trice en chef et travaille avec les membres du personnel scolaire et les parents ou gardiens pour organiser et promouvoir l'événement chaque semaine. Les élèves peuvent aider en créant des affiches, en composant des annonces et en illustrant sous forme de graphiques le nombre total d'élèves qui se déplacent à pied ou en transport à roues actif.

## Resources:

[Idées d'activités pour clubs de marche](#) (en anglais); Green Action Centre

Ressources pour campagnes de marche – cliquer sur les liens «?French?» sous les rubriques «?Announcements?» (annonces) et «?Useful documents?» (documents utiles):

– [Walking & Wheeling Campaign Resources](#), Active & Safe Routes to School (ASRTS)

Guide étape par étape avec dépliant, liste de tâches et modèles de courriels et de tableaux budgétaires (en anglais) :

– [Encouragement Activity Guide](#), chapitre 6, Iowa Safe Routes to School