



Mois international « Marchons vers l'école »

Guide des organisateurs



## Table des matières

<b>Au sujet du Mois international « Marchons vers l'école »</b> .....	<b>2</b>
De quoi s'agit-il? .....	2
Pourquoi aller à pied? .....	3
Qui y participe?.....	3
Comment faire participer les élèves qui viennent en bus? .....	3
<b>Marche à suivre pour organiser une activité à l'occasion du Mois international « Marchons vers l'école »</b> .....	<b>4</b>
1 <sup>ère</sup> étape : Partenaires .....	4
2 <sup>e</sup> étape : Trajet .....	5
3 <sup>e</sup> étape : Promotion .....	5
4 <sup>e</sup> étape : Participation .....	5
5 <sup>e</sup> étape : Organisation de l'activité .....	6
6 <sup>e</sup> étape : Coup de chapeau .....	7
<b>Annexes</b> .....	<b>8</b>
Annexe A : Exemple de proclamation municipale .....	8
Annexe B : Exemple de message d'intérêt public .....	8
Annexe C : Exemple de communiqué de presse .....	9

### Pour nous contacter :

Centre d'action écologique  
2705 Fern Lane, Halifax, NS, B3K 4L3  
Téléphone : (902) 442-0209  
Télécopieur : (902) 405-3716  
stp-cb@ecologyaction.ca  
www.ecologyaction.ca/iwalk

Cette édition a été mise en jour en 2019

## **Au sujet du Mois international « Marchons vers l'école »**

L'évènement le plus important de l'année pour le Centre d'action écologique's programme Transport actif des enfants et des jeunes est le Mois international « Marchons vers l'école » qui sera célébré en octobre. Dans le monde entier, le mois d'octobre sera destiné à l'utilisation de modes de transport actifs pour se rendre à l'école ou ailleurs. On appelle modes de transport actifs tous les modes de transport non-motorisés comme la marche, le vélo, les patins à roulettes, la planche à roulettes, la trottinette, le fauteuil roulant, le ski de fond, le canot, etc.

Les élèves de pays situés sur tous les continents participent au Mois international « Marchons vers l'école ». Plus que 40 pays y ont participé chaque année. Cette manifestation encourage les élèves à aller à l'école à pied, en vélo, en patins à roulettes ou en planche à roulettes en compagnie de leurs parents, du personnel de l'école et des dirigeants de la communauté. Aller à l'école à pied est un bon moyen d'augmenter l'activité physique dans la vie quotidienne des élèves, de réduire l'encombrement des routes, d'améliorer la qualité de l'air et de lutter contre le changement climatique. Cette manifestation est une fantastique occasion de découvrir des trajets sécuritaires jusqu'à l'école et d'acquérir des compétences de sécurité pour la marche et le vélo, de se faire des amis, d'améliorer l'environnement et d'accroître la sécurité dans les zones scolaires et aux alentours – et en plus c'est très amusant!



### **De quoi s'agit-il?**

Le Centre d'action écologique Équipe de transport encourage davantage d'enfants, de jeunes et de familles à utiliser des modes de transport actifs – comme la marche et le vélo – dans l'intérêt de l'environnement, de l'activité physique et de la sécurité routière.

Nous visons à :

- √ Réduire les émissions de gaz à effet de serre et la pollution de l'air dues aux véhicules
- √ Augmenter l'activité physique
- √ Améliorer la sécurité routière

Nos programmes sont coordonné en Nouvelle-Écosse par le Centre d'action écologique en partenariat avec le Ministère de Communautés, Culture et Patrimoine.

## Pourquoi aller à pied?

- √ C'est génial!
- √ C'est amusant!
- √ C'est sain!
- √ Ça réduit le stress et améliore l'attention!
- √ Ça ne pollue pas!
- √ C'est social!
- √ Ça enseigne la sécurité piétonnière!
- √ C'est instructif!
- √ C'est économique!
- √ Ça permet de reconquérir les rues!

## Qui y participe?

TOUTES les écoles ainsi que les organisations de service aux jeunes peuvent participer au Mois international « Marchons vers l'école »! Tout le monde peut y participer, que ce soit en zone urbaine, suburbaine ou rurale! La distance ou l'infrastructure peuvent être un obstacle pour certaines écoles mais il nous suffit d'avoir un peu d'imagination. Ce qui compte c'est que les élèves se mettent à marcher! Les élèves qui viennent en bus peuvent également y participer! Faites-les participer à des activités de marche à l'école.

## Comment faire participer les élèves qui viennent en bus?

- √ Faites participer les élèves qui viennent en bus au moment du déjeuner pendant 20 minutes.
- √ Marchez autour de l'école (les vélos, les planches à roulettes et les patins à roulettes sont bienvenus si les installations s'y prêtent).
- √ Organisez une marche en groupe dans la communauté.
- √ Faites une randonnée sur un sentier de la région.
- √ Faites le tour du gymnase en marchant.

Ne négligez jamais la sécurité des bus scolaires. Consultez [www.schoolbussafety.ca](http://www.schoolbussafety.ca) pour de plus amples détails.

## **Marche à suivre pour organiser une activité à l'occasion du Mois international « Marchons vers l'école »**

Ce guide vous indique la marche à suivre en six étapes faciles pour organiser une activité à l'occasion du Mois international « Marchons vers l'école ». Joignez-vous aux écoles du monde entier pour célébrer la marche durant le mois d'octobre. Organisez votre propre activité en trouvant une manière unique d'encourager l'activité physique, le transport sécuritaire, la responsabilité environnementale et les collectivités propices à la marche. Choisissez une journée, une semaine, un jour de la semaine ou le mois complet pour célébrer cela. Préparez-vous à être créatif, en santé et à bien vous amuser. Cette activité va vous donner plein du plaisir!

La promotion active de la possibilité de se rendre « Marchons vers l'école » pendant un mois pourrait également ouvrir la voie au lancement d'un programme sur toute l'année tel que We Often Walk (or Wheel) – WOW ([www.ecologyaction.ca/wow](http://www.ecologyaction.ca/wow)). Pour obtenir davantage de renseignements sur les programmes et événements du centre d'action écologique toute l'année, consultez [www.ecologyaction.ca](http://www.ecologyaction.ca) ou contactez-nous au numéro (902) 442-0209 ou à [stp@ecologyaction.ca](mailto:stp@ecologyaction.ca).

### **1<sup>ère</sup> étape : Partenaires**

Recrutez des parents bénévoles :

- √ Faites appel à des bénévoles lors des réunions du Conseil des parents, par le biais de bulletins d'information ou de toute autre forme de communication avec les parents.
- √ Enrôlez-les pour qu'ils aillent à l'école à pied avec les élèves.
- √ Faites appel à leur aide pour coordonner l'activité en déléguant les tâches.

Invitez les autorités publiques à participer en allant à l'école avec les élèves :

- √ Invitez le maire, des conseillers municipaux, des officiers de police, des pompiers, des techniciens d'urgence médicale, des membres du Parlement, des membres de l'assemblée législative, des athlètes professionnels et des personnalités locales.
- √ Invitez des conférenciers à parler des questions relatives à la sécurité, à la santé ou à l'environnement à l'occasion de votre activité (officiers de police, personnel infirmier de la santé publique, groupes de promotion de la sécurité à vélo, etc.)

Trouvez des partenaires communautaires :

- √ Adressez-vous à des entreprises de la région pour leur demander des dons de prix ou d'incitatifs.
- √ Adressez-vous à des entreprises de la région pour leur demander des dons de jus et de nourriture pour votre activité.
- √ Recrutez des groupes communautaires comme les Rotary Clubs, les programmes de parents-secours ou d'autres bénévoles de la communauté pour vous aider à organiser l'activité et à en faire la promotion.

## **2<sup>e</sup> étape : Trajet**

Déterminez un trajet sécuritaire jusqu'à l'école :

√ Définissez le trajet le plus sûr jusqu'à l'école et informez-en les participants et leurs parents.

√ Ne manquez pas d'indiquer les maisons des parents-secours et autres abris sûrs sur la carte du trajet.

√ Fixez un lieu de rencontre ou des points de ramassage précis afin que tout le monde puisse marcher ensemble.

√ Invitez les officiers de police à améliorer encore davantage la sécurité routière durant votre activité.

√ Demandez à des bénévoles de former une patrouille pour les passages piétons ou de jouer le rôle de brigadiers scolaires pour cette activité et de maintenir la patrouille tout au long de l'année.

## **3<sup>e</sup> étape : Promotion**

Faites passer le mot :

√ Mettez des affiches sur le Mois international « Marchons vers l'école » partout où c'est possible.

√ Demandez aux élèves de créer des affiches en couleurs indiquant la date de l'activité et de les afficher dans les bibliothèques publiques et les bibliothèques scolaires, dans les magasins, dans les centres communautaires, dans les centres sportifs... et ailleurs!

√ Envoyez des messages d'intérêt public, des proclamations municipales et des communiqués de presse (voir exemples en annexe).

Invitez les médias de la région :

√ Les médias réservent souvent des sections ou des segments spéciaux aux activités communautaires – demandez aux journaux, aux chaînes de télévision et aux stations de radio de la région de couvrir votre activité en les appelant ou en leur envoyant un communiqué de presse.

√ Dites-nous de vos plans - nous pouvons vous aider à promouvoir votre événement. Vous pouvez nous contacter au numéro (902) 442-0209 ou à [stp@ecologyaction.ca](mailto:stp@ecologyaction.ca)

## **4<sup>e</sup> étape : Participation**

Prévoyez des choses divertissantes pour les élèves :

√ Lancez un concours intrascolaire en décernant le Prix de la chaussure d'or (peignez ou décorez une vieille chaussure) à la classe ou au niveau scolaire qui a le plus grand nombre de participants – demandez aux enseignants de faire le compte des participants!

√ Déguisez la mascotte de l'école ou les meneuses de claques avec des costumes amusants et assurez-vous qu'ils participent à l'activité.



√ Concevoir et commandez pour les élèves des casquettes, des T-shirts et d'autres articles du mois international « Marchons vers l'école »

Faites participer les élèves :

√ Demandez aux élèves de composer des poèmes, des chansons, des sketches, des histoires ou des anecdotes au sujet du transport actif afin de les présenter lors d'un discours public ou lors d'une assemblée.

√ Convoquez une assemblée ou réservez du temps en classe pour traiter un thème relatif au transport actif afin de montrer aux élèves les avantages de faire le trajet de l'école à pied ou à vélo – amélioration de la qualité de l'air, de l'activité physique, de la santé, de l'esprit communautaire, de la sécurité des piétons et bien plus encore!

√ Demandez aux élèves de créer une bannière pour le Mois international « Marchons vers l'école » afin de l'afficher devant l'école.

√ Encouragez les élèves à fabriquer des panneaux, des badges, des casquettes, des écharpes, des ceintures etc. et à les porter sur le chemin de l'école.

√ Organisez un événement de petit-déjeuner et fournissez des aliments sains pour les étudiants quand ils arrivent à l'école

## **5<sup>e</sup> étape : Organisation de l'activité**

Voici quelques idées de choses que vous pouvez faire durant le Mois international « Marchons vers l'école » :

√ Adoptez le programme WOW (We often Walk or Wheel) et désignez un jour de la semaine réservé à la marche pour encourager les élèves à aller à l'école à pied une journée par semaine et envisagez d'étendre cette activité à tout le mois ou à toute l'année. Inscrivez-vous à [www.ecologyaction.ca/wow](http://www.ecologyaction.ca/wow).

√ Donnez un thème à chaque jour de la semaine : journée des couleurs vives, journée du chapeau de marche, journée du déjeuner sain, etc.

√ Remplissez le mois d'activités visant à rester en bonne forme physique, à manger sainement et à se soucier davantage de l'environnement.

√ Offrez aux élèves qui viennent en bus ou en voiture la possibilité de marcher une fois arrivés à l'école.

√ Organisez un pédibus scolaire à partir des quartiers proches. Pour obtenir de plus amples renseignements et vous inscrire, allez à [www.ecologyaction.ca/walking-school-bus](http://www.ecologyaction.ca/walking-school-bus).

√ Organisez des ateliers sur la sécurité des piétons, des vélos, des patins à roulettes ou des planches à roulettes – contactez nous au sujet de la nouvelle formation sur la sécurité Making Tracks au numéro (902) 442-0209 ou à [mt@ecologyaction.ca](mailto:mt@ecologyaction.ca) (consultez [www.ecologyaction.ca/making-tracks](http://www.ecologyaction.ca/making-tracks)).

√ Servez-vous nos ressources du programme pour les transports actifs pour éduquer les élèves au sujet de la vie saine, de la sécurité des transports et de l'environnement (consultez [www.ecologyaction.ca/issue-area/transportation-projects](http://www.ecologyaction.ca/issue-area/transportation-projects)).

- √ Organisez des jeux en plein air... Faites-en une journée ludique!
- √ Planifiez une activité à l'échelle de l'école pour marquer cette journée, comme un pique-nique, une assemblée, une cérémonie de remise de prix ou une partie pizza pour la classe réunissant le plus de marcheurs.
- √ Organisez un marathon de marche.
- √ Fournissez des casse-croûte sains.
- √ Accueillez des stands sur la sécurité et l'activité physique.
- √ Organisez un concours en vue de décerner des prix aux classes comportant le plus de marcheurs – il devrait s'agir d'un concours amical interclasse ou interniveau.
- √ Mettez-vous en compétition avec une autre école.
- √ Organisez un défilé de mode de chaussures.
- √ Arborez des panneaux.
- √ Portez une casquette.
- √ Organisez une assemblée spéciale avec des chansons, des présentations et des conférenciers invités.

Faites preuve d'imagination! Envoyez-nous vos photos et vos anecdotes! Vous trouverez encore d'autres idées en ligne à [www.ecologyaction.ca/iwalk](http://www.ecologyaction.ca/iwalk).

## **6<sup>e</sup> étape : Coup de chapeau**

- √ Remplissez le formulaire de rétroaction pour courir la chance de gagner un prix au tirage au sort du Mois « Marchons vers l'école ». Ce formulaire sera envoyé à toutes les écoles et à tous les groupes participants et doit être soumis avant la fin du mois d'octobre.
- √ Faites-nous part de votre expérience! Envoyez-nous vos réalisations artistiques, vos photos, vos articles et vos souvenirs de la manifestation. N'oubliez pas de remplir le formulaire d'autorisation et de l'envoyer à [stp@ecologyaction.ca](mailto:stp@ecologyaction.ca).
- √ Continuez à utiliser des modes de transport actifs pour aller et venir de l'école!
- √ Démarrez un club de marche et utilisez le programme WOW pour en assurer la promotion.
- √ Poursuivez votre projet tout au long de l'année avec un pédibus ou un vélobus.



## Annexes

### Annexe A : Exemple de proclamation municipale

[En-tête de la ville/municipalité]

Proclamation

Mois international « Marchons vers l'école »  
(Date)

Attendu que : [Nom de la ville/municipalité] célèbrera le Mois international « Marchons vers l'école » en octobre.

Attendu que : Cette manifestation, qui se déroulera dans tout le Canada, mettra l'accent sur les avantages de faire le trajet de l'école à pied plutôt qu'en voiture, pour créer des zones scolaires plus propres, plus sûres et plus saines au plan environnemental pour nos enfants;

et

Attendu que : Cette manifestation donne aux parents et aux responsables d'enfants l'occasion de passer davantage de temps avec leurs enfants; elle réduit l'usage des véhicules et les dangers de la circulation; elle favorise l'activité physique et contribue à la sécurité de la communauté.

Pour ces motifs : Je soussigné [nom du maire], maire de [nom de la ville/municipalité], proclame par la présente le mois d'octobre comme le Mois international « Marchons vers l'école » et j'encourage tous les citoyens à participer à cette manifestation très profitable.

[Signature du maire]

[Nom du maire]

### Annexe B : Exemple de message d'intérêt public

À l'intention des parents et des responsables d'enfants! Si vous avez des enfants à l'école, sortez vos chaussures de marche préférées! En octobre, les élèves de l'école [insérez le nom de votre école], de l'ensemble du Canada et du monde entier participeront au Mois international « Marchons vers l'école ». Cette manifestation spéciale est organisée pour affirmer notre soutien en faveur d'une activité physique accrue, d'une meilleure qualité de l'air, de la lutte contre le

changement climatique et de la réduction de l'encombrement des routes autour des écoles. Alors joignez-vous à nous et allez à l'école à pied avec vos enfants.  
[Insérez la date, l'heure, le lieu de rassemblement, les coordonnées de la personne à contacter, etc. pour votre manifestation.]

-30-

[Insérez ici le nom, le numéro de téléphone et l'adresse courriel de la personne de l'école chargée des relations avec les médias]

## Annexe C : Exemple de communiqué de presse

### **[Insérez le nom de votre école] participe au Mois international « Marchons vers l'école » :**

Des élèves et des parents vont à l'école à pied pour favoriser la sécurité, la santé et le respect de l'environnement

Le [insérez la date], [insérez le nom de votre école] se joindra à des centaines d'écoles partout au Canada pour participer au Mois international « Marchons vers l'école » qui sera célébré en octobre. Cette manifestation spéciale incitera les parents et les élèves à laisser le véhicule familial à la maison pour se rendre à l'école à pied. Les élèves qui se rendent à l'école en bus participeront à des activités de marche à l'école. Le Mois international « Marchons vers l'école » est destiné à rendre nos rues et nos communautés plus sûres, à augmenter le niveau d'activité physique des élèves et à améliorer notre environnement.

[Insérez ici d'autres détails au sujet de votre activité : date, heure, lieu de rendez-vous, personnes à contacter, etc.]

Nous espérons que cette campagne commencera à modifier l'habitude d'aller à l'école en voiture – habitude qui est de toute évidence profondément ancrée. Au Canada, les écoles de quartier signalent que plus de 50 % de la population étudiante est fréquemment amenée à l'école en voiture.

Jeunes en forme Canada a récemment publié un rapport révélant que les enfants canadiens faisaient de moins en moins d'activité physique et que seulement 23 % des enfants néo-écossais utilisaient des moyens de transport actifs pour se rendre à l'école. L'inactivité présente des risques pour la santé : apparition précoce de maladie cardiaque, ostéoporose, diabète de type 2 et hypertension artérielle.

L'amélioration de la santé n'est pas le seul avantage de la marche. Les autres avantages sont un environnement plus sain et des communautés plus sûres. Le choix de modes de transport non-motorisés réduit les émissions de gaz à effet de serre, ce qui est un facteur important pour l'amélioration de la qualité de l'air. Cela réduit également l'encombrement des voies de circulation autour des écoles et revitalise la vie de quartier grâce à la présence accrue de personnes dans les rues.

Pour obtenir de plus amples renseignements sur le Mois international « Marchons vers l'école », visitez le Centre d'action écologique à [www.ecologyaction.ca/iwalk](http://www.ecologyaction.ca/iwalk).

-30-

[Insérez ici le nom, le numéro de téléphone et l'adresse courriel de la personne de l'école chargée des relations avec les médias]