

Pas à pas : Parents et enfants font une différence !



Chers parents :

Vous souvenez-vous de votre jeunesse, des aller-retour que vous faisiez à pied entre la maison et l'école? Eh bien... les temps jadis sont de retour !



« Les parents, préoccupés par les dangers d'une circulation intense et le risque d'enlèvements d'enfants, voient en l'automobile le mode de transport le plus sécuritaire. Mais notre école tente de leur faire comprendre qu'il existe d'autres moyens de se déplacer en toute sécurité, beaucoup plus sains et écologiquement durables. » – *directeur, école publique Bowmore, Toronto.*

Saviez-vous que les deux tiers des enfants canadiens demeurent à moins de 30 minutes de marche de leur école, mais que moins du tiers ont l'habitude de se déplacer à pied ?

Mode de vie mouvementé... Questions de sécurité routière... Peur qu'un enfant se fasse accoster par un étranger : pour de nombreux parents, ces facteurs justifient le recours à l'automobile. Mais saviez-vous que les programmes Écoliers actif et en sécurité (EAS)* renforcent la sécurité des collectivités, améliorent la santé des familles, réduisent la circulation routière et assainissent l'air ?

Lorsque le nombre de familles allant à l'école à pied ou à vélo augmente :

- davantage de parents surveillent les rues ;
- leurs enfants apprennent à mieux connaître leur collectivité ;
- les liens sociaux entre parents sont renforcés ;
- les enfants sont mieux formés sur la sécurité routière ;
- les familles deviennent plus actives physiquement.

Lorsque le nombre de voitures aux abords de l'école diminue :

- les contraventions et les embouteillages près de l'école diminuent ;
- la sécurité des élèves est renforcée ;
- l'air dans la zone scolaire est plus propre.

Lorsque les gens se déplacent à pied régulièrement pour aller à l'école et à d'autres destinations locales, ils commencent à se reconnaître et à tisser des liens d'amitié. Par conséquent, ils repèrent plus aisément les personnes inconnues qui peuvent se trouver dans leur collectivité.

Et... en marchant, vous économiserez en frais de carburant !

Certains sont tout simplement trop occupés pour accompagner leurs enfants à l'école à pied tous les jours. Mais peut-être pouvez-vous le faire une ou deux fois par semaine ? *Jetez un coup d'oeil aux options au verso.*



*anciennement ARASPÉ (Aller-retour actif et sécuritaire pour l'école)

« Bienfaits d'une activité physique quotidienne : contrôle du poids, réduction de la pression artérielle, réduction du stress, meilleur rendement scolaire, réduction du risque d'avoir une maladie du coeur à l'âge adulte. » – *Fondation des maladies du coeur du Canada*

« **Les mardis, ça marche !** »... « **Marchons chaque mercredi** » : désignez une journée par semaine ou par mois où vos élèves iront à l'école à pied.

Un pâté de maisons à pied : stationnez votre voiture dans un endroit propice, à quelques pâtés de maisons de l'école, puis faites le reste à pied avec vos enfants.

Compagnons de marche : système idéal permettant aux élèves plus âgés de marcher en sécurité avec leurs amis. Les élèves se protègent mutuellement et apprécient le sens de la responsabilité qui en résulte.

Pédibus : des parents bénévoles qui demeurent dans le même pâté de maisons ou dans le même immeuble peuvent se relayer pour marcher avec leurs enfants. Au début, tout le monde marche ensemble, ce qui favorise le partage des responsabilités, la tenue de conversations et le tissage de liens sociaux. Par la suite, lorsque la confiance est établie et que les horaires sont fixés, se relayer peut économiser du temps.

Ne laissez pas les intempéries vous décourager... habillez-vous selon le temps lorsque vous allez à l'école à pied ou en vélo : parapluie et vêtements imperméables pour les jours pluvieux ; habits de neige, bottes isolantes, tuques, foulards et mitaines pour les jours de neige ; écran solaire et chapeau à large bord pour les jours ensoleillés. Et n'oubliez pas d'emporter une paire de chaussettes et de mitaines de rechange dans votre sac à dos.

« **Le Pédibus est un moyen idéal de réduire la congestion routière aux abords de nos écoles et de renforcer la sécurité de nos collectivités.** » – *agent de police communautaire*



Aller à l'école à pied, c'est bien pensé !

Green 
Communities
CANADA

Cette fiche d'information a été réalisée par Écoliers actifs et en sécurité, un programme de Green Communities Canada.
www.saferoutestoschool.ca