

MODÈLES DE MESSAGES PROMOTIONNELS POUR LES ÉVÉNEMENTS DE MARCHÉ ET DE VÉLO

Nous faisons la promotion du transport scolaire actif grâce à quatre événements de marche et de vélo saisonniers : en automne, le Mois international J'marche pour aller à l'école (J'marche) ; en hiver, le Jour de la marche hivernale (JMH) ; au printemps, Printemps... action ! ; et l'été, la Semaine vélo-école. Pour en savoir plus, consultez <https://ontarioactiveschooltravel.ca/fr/evenements-de-marche-et-de-transport-actif/>.

Utilisez les modèles suivants pour promouvoir vos événements de marche et de vélo. Adaptez le message selon vos besoins, par exemple, pour le site Web ou les médias sociaux de votre école, ou pour vos bulletins, annonces et assemblées scolaires.

Exemple de bulletin à publier la semaine avant l'événement J'marche

Nous sommes ravis d'annoncer que l'école << nom de l'école >> participera au **Mois international J'marche pour aller à l'école !**

Aller à l'école à pied comporte de nombreux bienfaits, notamment pour la santé et le bien-être de vos enfants. Par exemple, en se déplaçant à pied, ils élargissent leurs horizons et tissent des liens sociaux, et ils arrivent en classe éveillés et prêts à l'apprentissage. Votre collectivité en profite aussi : moins de congestion routière aux abords des écoles, un air pur et un environnement sain.

<< Décrivez votre événement : y aura-t-il de la musique ? Du chocolat chaud ? Des autocollants ? Les parents auront-ils l'occasion de se faire connaissance ? Leur proposera-t-on du café ? >>

Célébrez avec nous : accompagnez vos enfants à pied (ou à vélo !) jusqu'à l'école. Si vous devez vous rendre ailleurs, envisagez de marcher ou de prendre le transport en commun plutôt que votre voiture. Pour connaître les axes de transport en commun entre votre maison et l'école dans les deux sens, consultez le site Google Maps : <https://www.google.ca/maps>. Sinon, vous pourriez aussi stationner ou déposer vos enfants à un ou deux pâtés de maisons de l'école pour leur permettre de faire le reste du trajet à pied. Si vous ne pouvez pas les accompagner, encouragez-les à marcher avec des amis.

Joignez-vous à la conversation : suivez @OntarioAST sur Twitter et Facebook. Identifiez-nous (« tag ») sur Facebook et utilisez les balises #TransportScolaireActif, #J'marche, #Marche-école, #Vélo-école ou #TousDehors! (ou en anglais, #Walk2School, #IWALK, #JourneyOutside ou #Wheel2School).

Exemple de bulletin à publier la semaine de l'événement J'marche

Le <<date>>, notre école participera au Mois international J'marche pour aller à l'école, pour célébrer le plaisir d'aller à l'école à pied. Joignez-vous à nous !

<< Décrivez votre événement : y aura-t-il de la musique ? Du chocolat chaud ? Des autocollants ? Les parents auront-ils l'occasion de se faire connaissance ? Leur proposera-t-on du café ? >>

Célébrez avec nous ! Nous vous invitons à accompagner votre enfant à pied (ou à vélo !) jusqu'à l'école. Si vous devez vous rendre ailleurs, envisagez de marcher ou de prendre le transport en commun plutôt que votre voiture. Pour connaître les axes de transport en commun entre votre maison et l'école dans les deux sens, consultez Google Maps : <https://www.google.ca/maps>. Sinon, vous pourriez aussi stationner ou déposer vos enfants à un ou deux pâtés de maisons de l'école pour leur permettre de faire le reste du trajet à pied. Si vous ne pouvez pas les accompagner, encouragez-les à marcher avec des amis.

Joignez-vous à la conversation : suivez @OntarioAST sur Twitter et Facebook. Identifiez-nous (« tag ») sur Facebook et utilisez les balises #TransportScolaireActif, #J'marche, #Marche-école, #Vélo-école ou #TousDehors! (ou en anglais, #Walk2School, #Wheel2School, #Active2School, #JourneyOutside ou #IWALK).

Exemple de bulletin à publier la semaine après l'événement J'marche

Un grand merci à toutes les personnes qui sont jointes à notre école la semaine dernière pour célébrer le Mois international J'marche pour aller à l'école, et promouvoir la marche et le vélo comme modes de transport scolaire !

<< Inclure des photos de votre événement J'marche >>

Nous remercions tous les élèves, les membres du personnel, les bénévoles et les parents de notre école de nous avoir aidé avec tant d'enthousiasme à sensibiliser notre communauté à la marche comme mode de transport hivernal. Continuez de ce pas ! Pour adopter un mode de vie actif et sain, prenez un peu d'air frais et de soleil tous les jours avec vos enfants.

Joignez-vous à la conversation : suivez @OntarioAST sur Twitter et Facebook. Identifiez-nous (« tag ») sur Facebook et utilisez les balises #TransportScolaireActif, #J'marche, #Marche-école, #Vélo-école ou #TousDehors! (ou en anglais, #Walk2School, #Wheel2School ou #JourneyOutside).

En février, célébrez le Jour de la marche hivernale

Février, c'est le mois de la marche hivernale partout au Canada. La marche est un excellent remède contre les « blues de l'hiver », et elle aide aussi les élèves à mieux se concentrer en classe.

Montrez à votre communauté qu'il n'est pas nécessaire d'attendre la belle saison pour aller à l'école à pied. « Il n'y a pas de mauvais temps, il n'y a que de mauvais vêtements » ! S'habiller chaudement et marcher en respirant l'air vivifiant de l'hiver... rien de plus exaltant et amusant. Faites l'essai ! Quelques petits conseils aux écoliers actifs :

- Si tu peux aller à l'école à pied en toute sécurité, habille-toi chaudement, oublie la voiture et prends le chemin de l'école à pied avec tes amis.
- Si tu habites trop loin pour faire le trajet entier à pied, tu peux te faire déposer chez un ami ou à quelques pâtés de maisons de l'école, puis faire le reste du trajet à pied.
- Si tu prends l'autobus scolaire, promènes-toi un peu dans la cour de l'école à l'heure de la récréation. Ainsi, tu pourras toi aussi rester actif cet hiver !

C'est le Jour de la marche hivernale !

Activez-vous cet hiver ! Prenez vos mitaines, vos bonnets et vos bottes, et ne manquez pas cet amusant événement hivernal : une célébration du plaisir unique d'aller à l'école à pied par un beau jour d'hiver enneigé.

Active-toi cet hiver ! Fais suivre ces conseils sur la marche hivernale :

- Couvre-toi bien les mains et la tête pour conserver la chaleur.
- Les jours de grand froid, couvre-toi le visage et la bouche avec un foulard.
- Porte des bottes chaudes et imperméables.
- Porte un manteau chaud et à l'épreuve du vent.
- Les habits de laine aident à retenir la chaleur.
- Porte des habits ou un sac à dos aux couleurs vives ou munis d'une matière réfléchissante – il est important que les autres puissent te repérer.
- Emporte des chaussettes et des mitaines de rechange dans ton sac à dos pour pouvoir mettre des habits secs à l'école.

Pour obtenir des ressources sur le Jour de la marche hivernale, consultez <https://ontarioactiveschooltravel.ca/fr/jour-de-la-marche-hivernale/>. Les écoles qui célèbrent le JMH en février et qui s'inscrivent en ligne recevront un Certificat de reconnaissance, et pourront participer à un tirage. Faites-nous part de vos récits et photos en nous identifiant (« tag ») sur Facebook [@OntarioAST](#) et *en utilisant les balises* #JourMarcheHivernale, #JMH2020, #J'marche, #Marche-école, #TousDehors! ou #TransportScolaireActif (ou en anglais, #WinterWalkDay, #Walk2School, #Active2School et #JourneyOutside)

Durant tout le mois d'avril, participez à Printemps... action !

Le printemps est enfin arrivé ! C'est le moment de vous activer et de vous joindre aux écoles partout au Canada pour l'événement Printemps... action ! en allant à l'école à pied ou à vélo. C'est l'occasion idéale pour les parents et leurs enfants de se dégourdir les jambes dehors ensemble. En faisant l'aller-retour entre la maison et l'école à pied, qu'il pleuve ou qu'il fasse beau, non seulement vous améliorez votre santé physique et mentale, mais vous aidez aussi à assainir l'environnement et à rendre les rues plus sécuritaires, tout en faisant de nouveaux amis et en vous amusant. La marche est la forme d'exercice la plus simple, et elle aide les enfants à faire les 60 minutes d'activité physique quotidienne dont ils ont besoin.

Pour obtenir des nouvelles et des mises à jour sur Printemps... action !, suivez @OntarioAST sur Twitter et Facebook. Cliquez sur « Aimer » et « Partager », ou « retweetez » nos messages ! Lorsque vous partagez vos photos et affichez vos récits, identifiez-nous (« tag ») sur Facebook ! *Utilisez les balises* #PrintempsAction, #Marche-école, #Trottinette-école, #Patins-école, #Vélo-école, #TransportScolaireActif ou #TousDehors! (ou en anglais, #SpringIntoSpring, #Walk2School, #SiS, #Active2School, #Wheel2School, #Scooter2School, #Skate2School ou #JourneyOutside).

Ne manquez pas la Semaine vélo-école !

L'été approche à grands pas. C'est le moment de sortir vos vélos du garage et de les enfourcher ! En pédalant, vous améliorez non seulement votre santé, mais votre environnement et votre quartier. Pour encore plus de plaisir, faites du vélo avec vos amis.

Aller à l'école à vélo aide les enfants à faire les 60 minutes d'activité physique quotidienne dont ils ont besoin. D'autant plus qu'ils se sentent si bien après. Qu'attendez-vous pour sortir et faire tourner vos roues de vélo ?

Pour obtenir des nouvelles et des mises à jour sur la Semaine vélo-école, suivez @OntarioAST sur Twitter et Facebook. Cliquez sur « Aimer » et « Partager », ou « retweetez » nos messages ! Lorsque vous partagez vos photos et affichez vos récits, identifiez-nous (« tag ») sur Facebook ! *Utilisez les balises* #SemaineVéloÉcole, #Vélo-école, #TousDehors! ou #TransportScolaireActif (ou en anglais, #Bike2School, #BikeToSchoolWeek, #Active2School, #Wheel2School, #Roll2School ou #JourneyOutside).
