

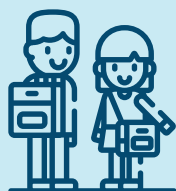
# Le transport scolaire actif

## Objectifs du programme

Augmenter le nombre d'élèves qui se rendent régulièrement à l'école à pied ou à vélo. Modérer et réduire la circulation à l'intérieur de la zone scolaire et dans les environs de celle-ci pendant les heures de classe.

## Comment y parvenir?

- ✓ Apprenez des techniques lors des ateliers sur la sécurité des piétons et des rodéos à vélo.
- ✓ Soulignez les journées J'marche pour aller à l'école.
- ✓ Demandez des améliorations techniques et exigez l'application de la loi.
- ✓ Communiquez régulièrement des conseils, des cartes et divers renseignements
- ✓ Fixez des objectifs et évaluez les progrès accomplis.



**Parlez à votre directeur si vous voulez prêter main-forte à votre école ou consultez [www.envirocentre.ca/fr/transport/](http://www.envirocentre.ca/fr/transport/) pour obtenir des conseils sur un mode de vie actif et vous inscrire au bulletin sur le transport scolaire actif.**



**OSTA**  
Ottawa Student  
Transportation  
Authority



envirocentre

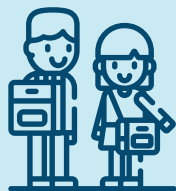
# Le transport scolaire actif

## Objectifs du programme

Augmenter le nombre d'élèves qui se rendent régulièrement à l'école à pied ou à vélo. Modérer et réduire la circulation à l'intérieur de la zone scolaire et dans les environs de celle-ci pendant les heures de classe.

## Comment y parvenir?

- ✓ Apprenez des techniques lors des ateliers sur la sécurité des piétons et des rodéos à vélo.
- ✓ Soulignez les journées J'marche pour aller à l'école.
- ✓ Demandez des améliorations techniques et exigez l'application de la loi.
- ✓ Communiquez régulièrement des conseils, des cartes et divers renseignements
- ✓ Fixez des objectifs et évaluez les progrès accomplis.



**Parlez à votre directeur si vous voulez prêter main-forte à votre école ou consultez [www.envirocentre.ca/fr/transport/](http://www.envirocentre.ca/fr/transport/) pour obtenir des conseils sur un mode de vie actif et vous inscrire au bulletin sur le transport scolaire actif.**



**OSTA**  
Ottawa Student  
Transportation  
Authority



envirocentre

## Conseils aux Par-



- ★ Établissez ensemble un objectif familial. Demandez à vos enfants de trouver des motivations pour se rendre à l'école à pied ou par un autre mode de transport actif!
- ★ Faites un suivi sur votre calendrier familial.
- ★ Empruntez l'itinéraire au préalable la fin de semaine. Donnez des conseils de sécurité et chronométrez votre parcours.
- ★ Trouvez les meilleurs itinéraires à l'aide des cartes des zones de marche de l'OSTA.
- ★ Faites participer les enfants - demandez-leur de préparer leur sac et leurs vêtements la veille au soir.
- ★ Planifiez - prévoyez un petit-déjeuner santé et préparez votre lunch la veille au soir.
- ★ Demandez à vos enfants de se préparer sans utiliser leur tablette, leur téléphone ou leur console de jeux.
- ★ Relayez-vous pour accompagner les enfants jusqu'à l'école à pied - à tour de rôle avec d'autres membres de la famille et des voisins.
- ★ Préparez votre café à la maison pour passer plus de temps avec vos enfants en marchant au lieu de rester assis dans votre voiture pour aller au service au volant.
- ★ Garez-vous à une ou deux rues de l'école et faites le reste du trajet à pied.
- ★ Inscrivez votre famille à un cours de cyclisme en écrivant à [cycling@ottawa.ca](mailto:cycling@ottawa.ca).



## Conseils aux Par-



- ★ Établissez ensemble un objectif familial. Demandez à vos enfants de trouver des motivations pour se rendre à l'école à pied ou par un autre mode de transport actif!
- ★ Faites un suivi sur votre calendrier familial.
- ★ Empruntez l'itinéraire au préalable la fin de semaine. Donnez des conseils de sécurité et chronométrez votre parcours.
- ★ Trouvez les meilleurs itinéraires à l'aide des cartes des zones de marche de l'OSTA.
- ★ Faites participer les enfants - demandez-leur de préparer leur sac et leurs vêtements la veille au soir.
- ★ Planifiez - prévoyez un petit-déjeuner santé et préparez votre lunch la veille au soir.
- ★ Demandez à vos enfants de se préparer sans utiliser leur tablette, leur téléphone ou leur console de jeux.
- ★ Relayez-vous pour accompagner les enfants jusqu'à l'école à pied - à tour de rôle avec d'autres membres de la famille et des voisins.
- ★ Préparez votre café à la maison pour passer plus de temps avec vos enfants en marchant au lieu de rester assis dans votre voiture pour aller au service au volant.
- ★ Garez-vous à une ou deux rues de l'école et faites le reste du trajet à pied.
- ★ Inscrivez votre famille à un cours de cyclisme en écrivant à [cycling@ottawa.ca](mailto:cycling@ottawa.ca).

