

MOIS DE LA MARCHÉ HIVERNALE DU 1ER AU 29 FÉVRIER 2024

Rendez-vous à l'école à pied le plus souvent possible en février!
Adoptez de bonnes habitudes de vie à long terme et profitez des nombreux bienfaits des déplacements actifs en vous rendant à l'école à pied ou en vélo!

1. Consultez ces idées d'activités

- Inscrivez vos déplacements actifs et gagnez des trésors dans l'application HOP! gratuite, créée pour les enfants, et participez au défi de la marche hivernale Hop!
- Faites une chasse au trésor dans votre voisinage en participant au bingo I Spy ou au jeu Sensations.
- Utilisez les mots-clics #ChoisirLaMarche, #AllonsDehors et #JournéeDeLaMarcheHivernale2024 sur les médias sociaux pour partager votre expérience.

2. Découvrez les bienfaits associés aux déplacements actifs

- Visionnez ou partagez notre vidéo amusante et éducative qui porte sur les cinq principaux bienfaits du transport actif, accessible en anglais et en français!
- Consultez nos affiches éducatives, offertes en diverses langues: anglais, français, arabe, mandarin, espagnol, cantonais, persan, vietnamien, somali et russe
- Vérifiez toutes les ressources sur le site Web du Programme de transport scolaire actif

3. Encouragez votre école à prévoir une activité dans le cadre de la Journée de la marche hivernale

- Demandez au directeur ou à la directrice de votre école de planifier une journée où les élèves marchent jusqu'à l'école, à l'aide des ressources géniales fournies ici.

