



4.3 PÉDIBUS

Près de 9 parents sur 10 qui accompagnent leurs enfants à pied à l'école estiment que c'est une façon idéale de rencontrer de nouvelles personnes, de nouer des liens à l'école et de faire de l'exercice chaque jour, selon une étude du Department of Transport, Local Government and the Regions, au Royaume-Uni www.dflr.gov.uk.

On sait que 9 enfants canadiens sur 10 possèdent une bicyclette, mais seuls 5 % s'en servent pour le transport la plupart du temps et seuls 2,5 % des enfants qui habitent à 3 kilomètres ou moins de leur école s'y rendent à bicyclette.

Un article récent du Journal de l'Association médicale canadienne indique que parmi les enfants du Canada, 50 % ne vont jamais à l'école à pied et les trois quart ne s'y sont jamais rendus à bicyclette.

Comment peut-on combiner l'exercice pour la santé, les leçons pratiques d'initiation à la sécurité dans la rue et la réduction des émissions polluantes? En organisant un pédibus! Vous ne nous croyez pas? Pourquoi ne pas en organiser un et y participer pendant une semaine, avant de prendre une décision?

Un pédibus (ou un cyclobus) est constitué de deux familles – ou plus – qui marchent ensemble pour des raisons sociales et de sécurité.

Les pédibus font participer toute la communauté scolaire à la question des déplacements en toute sécurité des enfants entre la maison et l'école. Des parents bénévoles qui habitent dans la même rue ou le même immeuble peuvent commencer à marcher ensemble, partageant la responsabilité et consolidant ainsi le réseau social. Plus tard, lorsqu'ils se font confiance et que les horaires sont établis, ils peuvent marcher chacun à leur tour pour que cela soit plus efficace.

Les trajets sont organisés à partir d'un réseau de rues, d'un seul pâté de maisons ou d'un immeuble. Souvent, les passagers d'un pédibus se reconnaissent à leurs foulards jaunes vifs en hiver, à leurs casquettes de baseball en été, aux étiquettes sur leurs sacs à dos ou leurs fermetures à glissière, ou à leurs gilets réflecteurs.

Lorsqu'on crée un pédibus, la sécurité devient une question communautaire et non uniquement la préoccupation de chaque parent.

Cyclobus

Vous pouvez encourager vos enfants à faire du vélo en en faisant avec eux, en veillant à utiliser des casques et des dispositifs de verrouillage, en collaborant avec votre école, la police locale et les organisations de cyclistes afin de promouvoir la sécurité à vélo et en vous adressant à vos représentants élus pour demander que des mesures de sécurité soient mises en place sur les trajets que prennent les enfants à bicyclette pour aller à l'école. On peut organiser un cyclobus de la même façon qu'un pédibus.

Pourquoi ne pas offrir aux élèves une formation en matière de sécurité à bicyclette? La Société d'assurance publique du Manitoba offre gratuitement aux écoles des « rodéos à bicyclette » par l'intermédiaire de son programme « Safety on Wheels ». Vous trouverez un formulaire de demande et de plus amples renseignements sur le site : www.mpi.mb.ca/english/community/SafetyOnWheels.html

En installant des supports à bicyclettes devant l'école, près des fenêtres des classes, on diminue les risques de vol. Cela montre aussi que le vélo fait partie de la vie de l'école.

Vous pouvez aussi prévoir une vente de casques de cycliste à l'école, ou voir si une entreprise locale serait prête à donner un certain nombre de casques.

Ces dernières années, le gouvernement du Manitoba a mené une campagne de distribution de casques de cycliste à prix abordable intitulée « Protégez votre tête! ». Vous trouverez plus de renseignements à ce sujet sur le site : www.manitoba.ca/healthyliving/bikehelmet.html.

Il est aussi très important de pouvoir disposer d'endroits sûrs pour stationner lorsqu'on se déplace à bicyclette. Installez des supports à bicyclettes, ou déplacez les supports qui existent pour les mettre dans un endroit bien visible – devant une classe où il y a fréquemment des élèves ou devant le bureau de la directrice ou du directeur. Souvent, les écoles font construire des « cages » fermées pour plus de sécurité.

Lorsque vous allez explorer les trajets possibles pour venir à bicyclette dans le quartier, il est bon de demander à tous les intéressés de se joindre à vous à bicyclette – il est plus facile de remarquer les questions de sécurité et les problèmes auxquels peuvent se heurter les cyclistes lorsqu'on est soi-même à vélo.



Comment organiser un programme de pédibus

LISTE DE CONTRÔLE DE L'ÉCOLE • CHOSES À FAIRE

1. Créez une carte des trajets pour venir à l'école. Il vous faudra une bonne carte de la zone de recrutement de votre école. Les sites : www.mapquest.com ou <http://maps.google.com/> peuvent vous être utiles pour trouver une carte des environs.
2. Déterminez combien de personnes souhaiteraient participer à une semaine du pédibus. Modifiez l'exemple de lettre aux parents (voir plus loin) et envoyez-la aux familles avec la circulaire du pédibus (voir plus loin). Joignez un exemplaire de la carte des environs de l'école afin que les parents puissent indiquer l'endroit approximatif où se situe leur maison.
3. En vous servant des circulaires remplies que les familles vous ont renvoyées, marquez sur la carte les endroits où vivent les élèves afin de vérifier où il y a assez de familles pour participer à un Pédibus.
4. Organisez une réunion de présentation à l'occasion de laquelle les parents intéressés pourront se rencontrer, commencer à se faire confiance et donner le coup d'envoi au projet.
5. Signalez à la police locale que vous organisez une semaine du pédibus à l'école. Montrez votre carte aux policiers afin qu'ils puissent mieux vous aider. Indiquez-leur les différents trajets prévus et demandez-leur s'il est possible de poster des agents supplémentaires sur ces trajets. Invitez-les à votre réunion de présentation.
6. Demandez aux services de police de participer à une assemblée de l'école afin de rappeler aux élèves les règles de sécurité à suivre par les piétons.
7. Montrez votre carte à votre conseiller municipal et à l'ingénieur des transports. Demandez-leur s'il y a des endroits où il pourrait y avoir des problèmes entre piétons et véhicules, et si c'est le cas, demandez-leur s'ils peuvent vous aider à rendre ces endroits plus sûrs pour les piétons.
8. Distribuez une trousse de la semaine du pédibus à chacune des familles qui a l'intention de participer.

REMARQUE : Demandez à votre école ou à votre division scolaire s'il y a des exigences particulières pour les parents bénévoles.

LE JOUR DE LA MARCHÉ :

1. Les enfants ne vont pas dans les maisons – ils se font ramasser dans la rue devant chez eux ou à un arrêt sûr du pédibus désigné d'avance.
2. Escortez tous les enfants jusqu'au terrain de l'école. Les élèves de maternelle doivent être ramassés dans leurs classes et amenés jusqu'à leurs classes ou à la porte d'entrée.
3. Veillez à ce que les enfants soient bien habillés en fonction du temps et habillez-vous aussi comme il faut. Vérifiez les prévisions météorologiques la veille pour gagner du temps.

Autres conseils utiles :

Amenez un chariot pour transporter les sacs très lourds ou les instruments de musique encombrants.

N'oubliez pas de VOUS AMUSER! Prévoyez un jour à thème au moins une fois. Par exemple, vous pourriez avoir la journée des chapeaux fous ou des souliers décorés. Dites aux enfants de trouver un nom pour votre pédibus. Inventez un poème, une chanson ou un texte en rap à chanter en chemin.

Principes de comportement pour les enfants qui prennent le pédibus :

Avant de lancer votre pédibus, vous devriez établir des règles de comportement afin que les participants soient en sécurité, et fassent preuve de respect les uns envers les autres et vis-à-vis de leur quartier. Voici des suggestions que vous pouvez modifier selon vos besoins et dont vous pouvez discuter avec les passagers du pédibus.

It's real cool
To walk to school
Join the bus
And walk with us
Every Wednesday
Please we say
Be real cool
And walk to school !

Les élèves de H.S. Paul School à Winnipeg ont écrit cette chanson formidable pour le jour où ils vont à l'école à pied.

Pédibus « autoguidés »

Le conseil de parents de la Westvale Public School à Waterloo, en Ontario, a créé un pédibus novateur, qui est « conduit » par des enfants plus âgés. Ces élèves, appelés « Trailblazers » reçoivent une formation, ainsi que des gilets et des sifflets, donnés par le conseil de parents. Les parents, hésitants au départ, sont maintenant ravis des nouvelles responsabilités des élèves et du fait que ceux-ci respirent l'air pur et font de l'exercice.



—Westvale Trailblazers, Westvale Public School, Waterloo, Ontario

- Écoutez l'adulte qui « conduit » l'autobus en tout temps.
- Soyez à l'heure.
- Obéissez à toutes les règles et à tous les panneaux routiers.
- Faites très attention en traversant les rues.
- Restez avec le groupe, sans vous attarder et sans courir en avant.
- Ne vous poussez pas et ne chahutez pas en marchant ou en attendant.
- Veillez les uns sur les autres.
- Ne jetez pas d'ordures. Veillez à la propreté de votre quartier.
- Respectez les biens des autres.
- AMUSEZ-VOUS BIEN!



Voici un exemple d'étiquette à bagage, que vous pouvez modifier pour les passagers du pédibus de votre école :

Pédibus de (nom de votre école)

Nom de famille : _____

École : _____

Trajet du pédibus : _____

green
ACTION
centre

Placez le
logo de votre
école ici





EXEMPLE DE LETTRE ENVOYÉE PAR LES ÉCOLES POUR PROMOUVOIR LES PÉDIBUS

Chers parents,

Comme vous le savez, nous nous efforçons depuis quelque temps de réduire les encombrements autour de notre école et d'encourager les moyens de transport plus sûrs et plus sains. Nous avons participé au Mois international Marchons vers l'école et nous avons régulièrement organisé des mercredis de marche. Nous félicitons nos élèves et leurs parents des efforts qu'ils ont faits pour soutenir ces projets importants.

Nous aimerions encourager nos familles à se servir plus régulièrement de leurs pieds pour venir à l'école, sans se limiter au mercredi. Nous savons que certains d'entre vous le font déjà et nous vous remercions de montrer l'exemple à tout le monde.

Dans cet esprit, nous prévoyons une semaine du pédibus à l'école, qui aura lieu [mettre les dates]. La circulaire ci-jointe vous donnera d'autres détails sur ce programme. Si vous souhaitez participer à la semaine du pédibus, veuillez remplir le formulaire qui figure au verso de la circulaire et le renvoyer à l'école par l'intermédiaire de votre enfant.

Il ne sera peut-être pas possible pour votre famille de marcher tous les jours, mais si vous pouviez le faire deux ou trois fois par semaine, ce serait fantastique. Si chacun en fait un peu, nous irons loin!

Les familles participantes recevront une trousse qui contient des renseignements utiles sur l'organisation d'un pédibus, ainsi que des idées pour rendre votre marche quotidienne sûre et agréable.

La semaine du pédibus est une initiative lancée par le programme Écoliers actifs et en sécurité du Green Action Centre. Le Green Action Centre coordonne ce projet dans tout le Manitoba et vous pouvez accéder à son site Web, www.greenactioncentre.ca, pour en savoir plus.

Signature de la directrice ou du directeur

« C'est une façon amusante et active de commencer la journée en toute sécurité ».

LE PÉDIBUS



« Pendant 15 minutes, nous freinons un peu le rythme fou de nos vies modernes et nous pouvons tenir une conversation avec nos enfants. Cela nous donne aussi l'occasion de remarquer les changements de temps et de saison. De quoi vraiment se sentir en meilleure santé! »

—Parent bénévole, Pédibus, Winnipeg.

Qu'est-ce donc qu'un pédibus?

- En vérité, il n'y a pas d'autobus. Les parents et les enfants qui se rendent à l'école à pied constituent le **pédibus**.

Comment ça fonctionne?

- Les familles qui vivent dans la même rue, ou dans le même immeuble, amènent leurs enfants à l'école et les ramènent à la maison à pied. Au début, tout le monde marche ensemble, ce qui permet de partager la responsabilité, de bavarder et de consolider les réseaux sociaux en chemin. Plus tard, lorsque la confiance et les horaires ont été établis, les parents peuvent marcher chacun à leur tour pour que cela soit plus efficace.

QUELS SONT LES AVANTAGES?

Moins de...

- circulation autour de l'école et dans le quartier;
- problèmes de stationnement;
- risques que les enfants se fassent renverser par une auto.

Plus de...

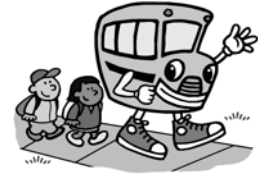
- grand air, pur et sain pour les poumons qui se développent;
- activité physique pour les parents et les enfants;
- sécurité au sein de la communauté;
- temps pour les parents qui partagent la responsabilité de « conduire » le pédibus;
- familiarité avec la communauté pour les enfants qui marchent régulièrement.

Bon, alors comment puis-je participer à un PÉDIBUS?

- Remplissez le formulaire et renvoyez-le à l'enseignant ou l'enseignante de votre enfant.
- N'oubliez pas d'indiquer votre adresse sur la feuille, afin que nous puissions voir combien de familles intéressées vivent près de chez vous.
- Veuillez aussi indiquer sur la carte des environs de l'école qui figure au verso du formulaire où se situe votre domicile, approximativement.
- Une personne de l'école se mettra en rapport avec vous bientôt.



Placez le
logo de votre
école ici



Si vous voulez essayer de participer au pédibus pendant une semaine, veuillez répondre aux questions ci-dessous et renvoyer cette feuille à l'enseignant ou l'enseignante de votre enfant.

Nom : _____

N° de téléphone : _____

Noms de vos enfants et niveaux scolaires (nom du plus âgé d'abord) :

Nom de votre rue : _____

Carrefour le plus proche de chez vous : _____

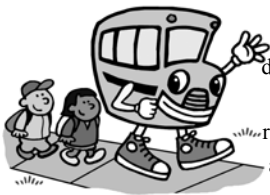
À l'aide d'un marqueur ou d'un stylo foncé, veuillez indiquer sur la carte qui figure au verso de cette feuille quel trajet vous prenez pour vous rendre à l'école.

Voici des exemples de ressources utilisées par Darwin School à Winnipeg pour son pédibus:

CIRCULAIRES SCOLAIRE

DARWIN SCHOOL EST FIÈRE DE MARCHER!

Le personnel de Darwin School est préoccupé par le nombre d'autos devant l'école aux heures où les enfants arrivent et repartent. Afin de trouver des solutions sûres et saines à ce problème, Darwin School fait redémarrer un pédibus! Chaque mercredi, le pédibus partira des coins des rues Avalon ou Riel et Minnetonka pour amener votre enfant à l'école afin de vous éviter d'avoir à le faire!



Qu'est-ce qu'un pédibus?

Un pédibus est un groupe d'élèves accompagnés d'adultes, qui grossit à mesure qu'il ramasse de plus en plus d'élèves à des arrêts prévus sur un trajet désigné.

NOUS CHERCHONS DES BÉNÉVOLES!

Afin que notre pédibus fonctionne bien, nous avons besoin du soutien de la communauté scolaire de Darwin School. Nous cherchons des parents et d'autres fournisseurs de soins qui peuvent offrir leur temps un mercredi par mois pour aider les passagers de notre pédibus à arriver à l'école en toute sécurité et à l'heure. Si vous pouvez nous aider, veuillez communiquer avec l'enseignante ou l'enseignant de votre enfant.



DIX PRINCIPALES RAISONS D'ORGANISER UN PÉDIBUS

1. Donner plus d'occasions aux enfants et aux jeunes d'être actifs physiquement.
2. Réduire les encombrements autour de l'école et dans la communauté.
3. Améliorer la qualité de l'air et rendre l'environnement plus sain pour tout le monde.
4. Rendre nos quartiers plus calmes et plus sûrs.
5. Offrir aux familles un mode de vie plus sain.
6. Faire des économies de carburant.
7. Améliorer les compétences des élèves en ce qui concerne la sécurité routière et leur permettre de les mettre en pratique.
8. Donner plus de temps aux parents le matin.
9. Souvent, ce n'est pas l'enfant qui choisit le moyen de transport.
10. Donner l'occasion d'améliorer la communauté.

Le Pédibus est un élément du programme Écoliers actifs et en sécurité du Green Action Centre.

Pour plus de renseignements, veuillez consulter notre site Web : www.greenactioncentre.ca

green
ACTION
centre

Join Darwin's Walking School Bus!



When: Every Wednesday morning for the rest of the school year!

Where: There are two "bus routes." The first starts at Riel and Minnetonka at 8:30am. They travel to Riel and Metz for 8:35am. The next stop is Riel and Darwin for 8:40am, and then on to Darwin School. The second route has the same times and cross-streets, but runs along Avalon instead of Riel.



Afin d'essayer de diminuer les encombrements dangereux autour de Darwin School aux heures où les élèves arrivent à l'école et en repartent, le Darwin School Climate Committee cherche des parents qui voudraient explorer la possibilité de créer un programme Écoliers actifs et en sécurité à l'école. Ce programme a pour but de limiter l'utilisation de l'automobile pour les trajets entre la maison et l'école, d'encourager les enfants à marcher ou à venir à vélo chaque jour jusqu'à l'école et de veiller à ce que leurs trajets soient sans danger. Le programme est coordonné par le Green Action Centre, une organisation communautaire sans but lucratif de Winnipeg. Vous trouverez plus de renseignements sur le site www.greenactioncentre.ca, en cliquant sur « Programs ».

L'un des principaux éléments du programme est le pédibus, et nous voulons créer un réseau de pédibus dans le quartier de Darwin School. L'idée du pédibus a été lancée en Australie par David Engwicht (qui est devenu une autorité mondiale sur les questions de transport écologique). Tout comme un autobus ordinaire, un Pédibus fait des arrêts sur les trajets qui mènent à l'école et suit un horaire établi. Cependant, il s'agit tout simplement d'un groupe d'élèves accompagné par un ou des parents et qui grossit à mesure qu'il ramasse de plus en plus d'élèves et se rapproche de l'école.

Le programme Écoliers actifs et en sécurité a bien des avantages, notamment :

- **Il donne des occasions supplémentaires aux enfants et aux jeunes d'être actifs physiquement.**

Plus de la moitié des enfants et des jeunes canadiens ne sont pas assez actifs pour une croissance et un développement optimaux. Si l'on compte le temps où ils sont assis sans activité physique devant la télévision, l'ordinateur ou des jeux vidéo, ainsi qu'à l'école, les jeunes passent en moyenne 56 heures par semaine à être inactifs. La marche, la bicyclette et les autres formes de transport actif (planche à roulette, trottinette, etc.) sont des moyens idéaux pour se rendre à l'école en faisant régulièrement de l'exercice et en établissant ainsi des habitudes saines pour la vie. L'activité physique régulière permet d'acquérir une meilleure forme cardiovasculaire, de la force et de la souplesse, et améliore la confiance et l'estime personnelle.

- **Il réduit les encombrements autour des écoles.**

Bien des parents disent que l'aspect le plus dangereux du trajet de leur enfant jusqu'à l'école est le réseau de rues autour de l'école. Les parents amènent leurs enfants à l'école en auto pour garantir leur sécurité, mais leurs habitudes de conduite mettent souvent leurs propres enfants et les autres enfants en danger lorsqu'ils arrivent à l'école ou en repartent. Lorsque les élèves sont plus nombreux à venir à pied ou à bicyclette à l'école, le nombre d'automobiles et les encombrements diminuent aux heures de pointe, ce qui rend la situation beaucoup moins dangereuse pour les piétons et les cyclistes.

- **Il rend les rues et les quartiers plus sûrs et plus calmes.**

Un trajet actif entre la maison et l'école peut constituer un moment agréable et convivial pour les enfants et les jeunes. C'est une occasion de passer du temps en famille, avec des amis, des voisins et des camarades, tout en apprenant à connaître la communauté. Quand les parents accompagnent leurs enfants à pied, ils peuvent apprendre à ceux-ci les règles de la sécurité routière et d'autres règles de sécurité générale. Ils peuvent vérifier si leurs enfants ont un bon jugement et les féliciter lorsqu'ils prennent des bonnes décisions. Il s'agit aussi d'une occasion merveilleuse de renforcer le sens communautaire, alors que les enfants explorent leur monde et apprennent à connaître leurs voisins et leurs quartiers.

- **Il améliore la qualité de l'air et l'environnement.**

Environ un quart des trajets en voitures effectués pendant les heures de pointe du matin et de l'après-midi ont pour but de transporter des enfants de la maison à l'école ou vice-versa. Ces trajets sont souvent de moins de 2 kilomètres et contribuent de façon importante à la pollution de l'air parce qu'ils ont lieu en général à des moments où le dispositif antipollution du véhicule est froid et inefficace. Les émissions produites par les véhicules sont dangereuses pour la santé des êtres humains parce que la combustion des combustibles fossiles produit des contaminants particuliers et des gaz nocifs. Ce genre de pollution touche tout particulièrement l'appareil respiratoire des enfants, qui respirent plus rapidement que les adultes et les polluants ont des effets sur le développement de leur fonction respiratoire. En diminuant le nombre de trajets courts en auto, on améliore la qualité de l'air dans les environs des écoles et on diminue le volume de gaz à effet de serre qui contribuent au changement climatique.

- **Il permet aux familles entières d'adopter un mode de vie sain.**

Les parents qui accompagnent leurs enfants à l'école à pied améliorent leur propre santé en faisant de l'exercice régulièrement. De même, la participation des enfants à un groupe de marche comme le pédibus leur donne l'occasion de rencontrer et de connaître leurs camarades et les parents de ceux-ci. Le pédibus donne aussi aux parents plus de souplesse et leur permet de passer moins de temps au volant pour conduire leurs enfants à l'école.

La question de la santé et de l'activité physique des enfants ne s'est jamais autant posée qu'aujourd'hui. De plus, la circulation autour des écoles n'a jamais été aussi dangereuse à cause du nombre d'élèves qui viennent à l'école en voiture alors qu'ils pourraient faire autrement. La prévention des maladies chroniques, le changement climatique, la perte du sens communautaire et la sécurité routière sont d'autres questions importantes sur lesquelles se penchent les gens. Le programme Écoliers actifs et en sécurité cherche à examiner ces questions dans leur ensemble et se sert d'une méthode proactive pour essayer de trouver des solutions durables et à long terme aux problèmes liés au transport des enfants et des jeunes de nos jours.