

## Conseils et idées

*Un peu d'inspiration pour vous aider à lancer des événements et activités Marchez et roulez à l'école !*

- **Variez les plaisirs !** Ayez un thème différent pour chaque jour de la semaine, comme Mercredi 2 roues ou Lundi Chapelier Fou (*Mad Hatter*).
- **Lancez des défis !** Organisez un défi entre classes ou entre écoles et attribuez un trophée ou un prix pour la plus grande participation à la classe ou l'école gagnante. Utilisez **le sondage à main levée** disponible en ligne pour garder une trace de la participation.
- **Marchez pour une bonne cause.** Organisez une marche-o-thon pour amasser des fonds pour un organisme de bienfaisance local.
- **Garez-vous et marchez.** Pour les élèves qui ne peuvent pas marcher ou rouler à l'école, organisez un dépose-minute à quelques pâtés de maisons de l'école afin qu'ils puissent aussi participer ! Demandez aux élèves plus âgés ou à des bénévoles d'accompagner à pied les élèves plus jeunes à partir de ce point jusqu'à l'école.
- **Marchez aussi à l'école.** Encouragez la participation de toute l'école en organisant une marche dans votre communauté pendant le temps scolaire. Si le temps ne le permet pas, vous pouvez vous promener dans votre salle de gym !
- **Jusqu'où votre école peut-elle marcher ?** Choisissez une destination, telle qu'une autre ville ou un autre pays, et cherchez combien de pas il faudrait pour y aller à pied. Demandez aux élèves de prendre note de leurs trajets à l'école à pied ou en vélo afin d'essayer d'atteindre l'objectif !
- **Excursions sans voiture.** Planifiez une excursion qui est à quelques minutes à pied de l'école, certaines communautés offrent même la gratuité des transports aux élèves au cours de la Semaine Marchez et roulez à l'école (Voir **Voyagez malin pour les écoles** en ligne) !