

# MOIS DE LA MARCHÉ HIVERNALE FÉVRIER 2025

Faites de février le mois où vous marchez pour aller à l'école! Découvrez les avantages des déplacements actifs et adoptez par la même occasion de saines habitudes qui vous suivront tout au long de votre vie.

## 1. Essayez ces idées d'activités passionnantes pour commencer du bon pied le Mois de la marche hivernale.

- 👣 Joignez le Défi de la marche hivernale Hop! sur l'appli Hop! adaptée aux enfants! – enregistrez vos voyages actifs et gagnez des prix!
- 👣 Explorez votre quartier autrement en faisant les Mots cachés de la Journée de la marche hivernale ou en jouant au jeu «Sensations».
- 👣 Partagez vos aventures de marche sur les médias sociaux en utilisant les mots-clics #TransportScolaireActif, #AllonsDehors et #JMH.

## 2. Renseignez-vous sur les bienfaits des déplacements actifs et obtenez de judicieux conseils pour vous rendre à l'école à pied

- 👣 Explorez les ressources suivantes pour vous rendre à l'école en marchant à n'importe quel moment de l'année!
- 👣 En marchant ou en roulant jusqu'à l'école cet hiver, faites cette chasse au trésor amusante qui vous en apprendra un peu plus sur la zone scolaire. Vous pouvez même la modifier pour qu'elle soit axée sur le thème de l'hiver!
- 👣 Consultez les ressources de la page Web du transport scolaire actif, notamment les affiches suivantes sur les bienfaits des déplacements actifs offertes en plusieurs langues: anglais, français, arabe, mandarin, espagnol, cantonais, farsi, vietnamien, so mali et russe.

## 3. Faites marcher votre école!

- 👣 Parlez au directeur de votre école de la possibilité d'organiser une journée de la marche hivernale en utilisant ces ressources pratiques.

