

Chemin de l'école : la marche est un super-pouvoir

C'est tout bientôt la rentrée scolaire ! De nombreux enfants seront à nouveau présents sur les trottoirs et il faudra être vigilant à l'approche des passages pour piétons. Il ne faut pas oublier que bouger est important pour la santé et le chemin de l'école est idéal pour faire de l'exercice. Il faut probablement parfois « batailler » le matin, mais aller à pied ne peut être que bénéfique pour tous.

Les enfants qui se rendent à l'école à pied apprennent à se comporter correctement face à la circulation routière et ses dangers, développent des compétences sociales en côtoyant d'autres élèves et acquièrent de l'autonomie. Marcher est bénéfique pour le corps et la tête, et protège notre planète en évitant une pollution inutile. C'est dès le plus jeune âge qu'il faut prendre les bonnes habitudes. Les risques d'accidents causés par des voitures aux abords des écoles sont également évités.

Quelques conseils pour un chemin de l'école plus sûr à pied :

- La sécurité avant tout : ne pas choisir le chemin le plus court mais le plus sûr.
- Entraîner son enfant à aller à l'école : parcourir le chemin avec son enfant plusieurs fois avant la rentrée scolaire. Au début, l'accompagner jusqu'à l'école, puis le laisser gentiment aller seul avec le temps.
- Accompagner son enfant en cas de situations routières dangereuses : si la circulation ne permet pas à l'enfant de se rendre seul à l'école, il faut l'accompagner à pied. Il apprendra jour après jour à parcourir le chemin de manière indépendante.
- Vêtements et sacs scolaires réfléchissants : habiller son enfant de telle manière à ce qu'il soit visible.
- Prévoir suffisamment de temps : envoyer son enfant assez tôt à l'école pour qu'il ne soit pas obligé de se dépêcher.
- Ne jamais aller avec des inconnus : sensibiliser son enfant pour qu'il n'approche pas de personnes inconnues.
- Indiquer les dangers : expliquer à son enfant les situations potentiellement dangereuses pour qu'il puisse apprendre à les reconnaître et à réagir correctement.
- Ensemble avec des camarades d'école : essayer de faire en sorte que son enfant retrouve des camarades pour aller à l'école.

Si le chemin scolaire n'est pas facile ou si les enfants sont dans leurs premières années scolaires, il existe également le système du « Pedibus », qui est un « bus d'école à pied ».

Activité physique, meilleure concentration en classe, autonomie, rencontre d'autres enfants, familiarisation avec la circulation routière et zéro pollution : 100% d'avantages à mettre ses baskets et aller à l'école à pied !

Sources : ATE Jura

- <https://pedibus.ch/fr/>
- <https://www.chemindelecole.ch/walk-to-school/>
- www.journee-a-pied.ch

