



Dans le cadre du programme *À pied, à vélo, ville active*, Vélo Québec propose aux enseignants des outils pour encourager les déplacements actifs pour les allers-retours quotidiens entre le domicile et l'école des élèves. Parmi ceux-ci, il y a l'activité **LA CARTE POSTALE** pendant laquelle les jeunes préparent une carte postale pour inviter un proche à se déplacer activement.

## La carte postale

---

### Description de l'activité

Pendant cette activité, les jeunes fabriquent une carte postale afin d'inviter un de leur proche (parent, fratrie, ami, etc.) à utiliser un mode de transport actif pour un déplacement.

### Clientèle visée

2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> cycle

### Durée de l'activité

Environ 90 minutes.

### Objectifs

- Amener l'enfant à connaître les avantages de se déplacer activement.
- Amener l'enfant à sensibiliser un adulte au sujet des bienfaits de la marche ou du vélo comme mode de déplacement.

### Matériel requis

- Feuilles de brouillon.
- Carton rigide pour faire la carte postale (format suggéré 8 ½ X 11).
- Crayons de couleur.

### Préparation

- L'enseignant se renseigne sur le programme *À pied, à vélo, ville active* : [www.velo.qc.ca/villeactive](http://www.velo.qc.ca/villeactive)

# Déroulement

## Étape 1 : Introduction

L'enseignant présente le programme *À pied, à vélo, ville active* et explique les avantages de se déplacer activement, par exemple à pied ou en vélo.

*Le programme À pied, à vélo, ville active, auquel participe notre école, vise à aménager les environs de l'école afin qu'ils soient plus sécuritaires et à sensibiliser les élèves et les parents aux bienfaits du transport actif. Ainsi il sera plus facile, plus sécuritaire et plus plaisant pour nous tous de venir à l'école à pied ou à vélo, car nous pourrons le faire en sécurité.*

Inviter les enfants à s'exprimer sur le sujet du transport actif : se déplacent-ils à pied ou à vélo ? Pourquoi ? Qui se déplace activement dans leur entourage ?

*Croyez-vous que c'est important de sensibiliser les gens au sujet du transport actif ? À part les enfants, quelles personnes autour de vous (dans votre entourage) devraient être sensibilisées ? Par quels moyens pouvez-vous les sensibiliser ?*

Suggestion à faire aux élèves : invite quelqu'un à marcher ou à faire du vélo avec toi !

## Étape 2 : Explication des consignes

- Sur une feuille de brouillon, rédige un texte qui devra inclure les éléments suivants :
  - o salutation ;
  - o nom du programme auquel participe ton école ;
  - o phrase qui explique les avantages du transport actif ;
  - o ce que tu demandes à ton destinataire de faire ;
  - o remerciements ;
  - o signature
  - o (ton nom, le nom de ton école, ton niveau).
- Sur la carte postale, recopie ton texte.
- Au verso, fais un dessin en lien avec le transport actif et la sécurité autour de l'école. Fais attention de bien orienter ton dessin par rapport à ton texte.
- Ta carte postale complétée, dépose-la dans la boîte à lettres de la personne que tu veux inviter à profiter du transport actif avec toi.

## Étape 3 : Réalisation de la carte postale

## Étape 4 : Synthèse et devoir

- À la fin de l'exercice, il peut être intéressant d'inviter les enfants à lire leur lettre à l'ensemble de la classe.
- En guise de devoir, les élèves doivent présenter la carte postale à son parent et la mettre dans la boîte aux lettres du destinataire.