



Bienvenue
à bord!



GUIDE DE DÉMARRAGE DU TROTtIBUS

Le Trottibus de la Société canadienne du cancer est un autobus pédestre qui permet à des élèves du primaire de se rendre de la maison à l'école à pied de façon sécuritaire et encadrée.



Société
canadienne
du cancer



PRÉVENIR PLUS DE CANCERS, UN MATIN À LA FOIS

Saviez-vous que le fait d'être actif réduit les risques de cancer? Pourtant, seulement 14 % des jeunes Canadiens de 5 à 11 ans répondent aux recommandations d'un minimum de 60 minutes d'activité physique par jour.

Afin de faire bouger davantage les jeunes, la Société canadienne du cancer a développé un réseau d'autobus pédestres dans tout le Québec, le Trottibus. Cette initiative permet de faire découvrir le transport actif dès l'enfance, période cruciale pour l'adoption de saines habitudes de vie.

Chaque jour, la Société canadienne du cancer travaille à sauver plus de vies. Grâce à des milliers de Québécois, donateurs et bénévoles, elle lutte pour prévenir plus de cancers, mais également pour financer plus de projets de recherche et aider plus de personnes touchées par la maladie.

FAIRE LE PLEIN D'AVANTAGES AVEC LE TROTTIBUS

L'autobus qui marche est un projet
qui comporte de multiples avantages !



Santé

Réduction des risques
de cancer



Sécurité

Déplacements
sécuritaires
pour les piétons



Communauté

Implication des citoyens
dans un projet
intergénérationnel



Environnement

Quartier plus vert



Flexibilité

1, 3 ou 5 jours par
semaine, durant une
saison ou toute
l'année scolaire



Simplicité

Un moyen facile
de bouger au quotidien



Gratuité

Aucuns frais pour
monter à bord



Rigueur

3 exigences pour tous
les bénévoles marcheurs:

1. Vérification des
antécédents judiciaires
2. Port du dossard
3. Formation sur la
sécurité routière

DÉMARRER LE TROTTIBUS EN 7 ÉTAPES

Vous êtes prêt à démarrer le Trottibus ?
Ces étapes vous conduiront à destination !



Réaliser un sondage



Former le comité organisateur



Créer le ou les trajets



Faire connaître le projet



Lancer les inscriptions



Former les bénévoles



Marcher



1

RÉALISER UN SONDAGE






BUT

- Confirmer que les parents de l'école veulent inscrire leurs enfants au Trottibus
- Récupérer les noms des parents qui veulent s'impliquer
- Déterminer les trajets



ACTIONS

-  Vérifier avec l'école le format d'envoi du sondage (papier ou en ligne)
-  Envoyer le sondage
-  Analyser les résultats avec le représentant de la Société canadienne du cancer



OUTIL OFFERT

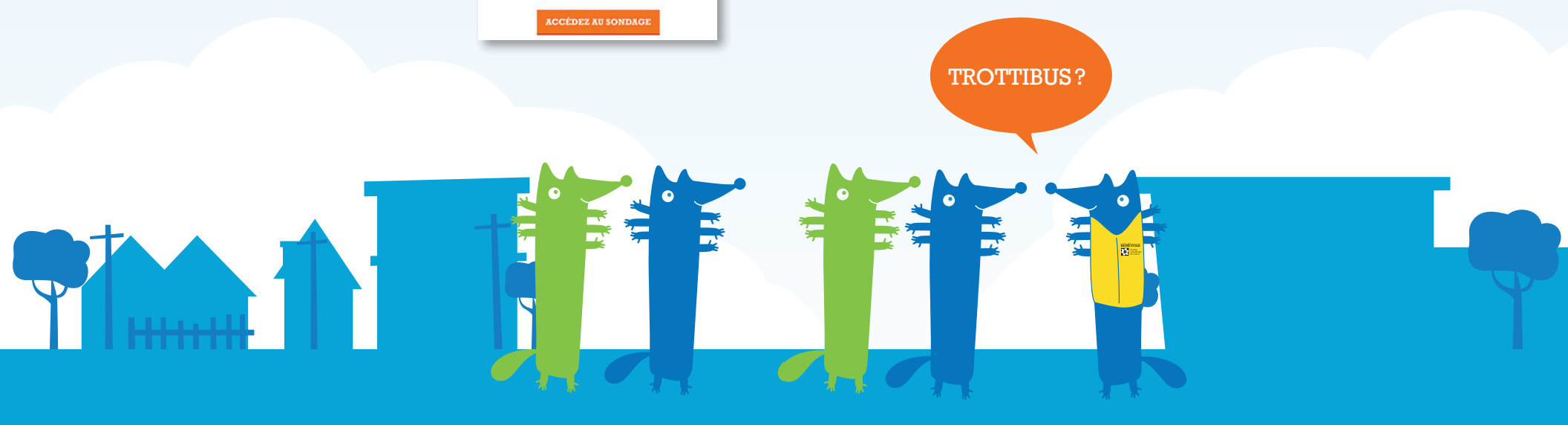
- Sondage



ASTUCE | CONSEIL

- Si le sondage est envoyé en début d'année scolaire, présenter le Trottibus à l'assemblée générale ou à la rencontre des parents

TROTTIBUS ?





FORMER LE COMITÉ ORGANISATEUR





BUT

- S'organiser pour mettre en place le Trottabus
- Se répartir les tâches selon les forces et intérêts de chacun



ACTIONS

-  Convoquer les personnes qui souhaitent s'impliquer
-  Assister à la formation sur le démarrage, offerte par la Société canadienne du cancer



OUTILS OFFERTS

- Rôle du comité Trottabus
- Echancier

RÔLES DU COMITÉ ORGANISATEUR TROTTABUS		
Rôles	Tâches	Noms et coordonnées
Coordonnateur <small>Je suis parent de bébé(e) et j'ai le temps de s'organiser.</small>	<ul style="list-style-type: none">• Communication entre membres de le comité• Animation des rencontres de comité organisateur• Respect de l'échancier	
Responsable des enfants <small>Je suis disponible et à l'aise avec les enfants.</small>	<ul style="list-style-type: none">• Animation d'activités de promotion dans les classes• Réalisation de boîtes d'information au service de garde• Planification des activités de reconnaissance pour les enfants	
Responsable des bénévoles <small>Je suis habile en matière des rencontres familiales.</small>	<ul style="list-style-type: none">• Recrutement de bénévoles• Création des heures de bénévolat• Organisation de la formation des bénévoles• Planification des activités de reconnaissance pour les bénévoles	
Responsable du soutien logistique <small>Je suis organisé(e) pour les activités administratives et les réunions.</small>	<ul style="list-style-type: none">• Elaboration et validation des tracts• Commande de matériel• Impression des activités de bénévolat pour les enfants• Gestion de site Web	



ASTUCES | CONSEILS

- Compter au moins deux parents au sein du comité organisateur
- Organiser deux rencontres de comité au minimum :
 - une pour la mise en place
 - une à mi-parcours



3

CRÉER LE OU LES TRAJETS



BUT

- Tracer le ou les trajets potentiels à partir des résultats du sondage



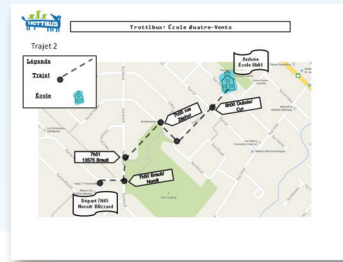
ACTIONS

- Déterminer le ou les trajets en fonction des résultats du sondage
- Déterminer les arrêts et planifier l'horaire de marche
- Créer un outil visuel pour l'inscription sur trottibus.ca



OUTILS OFFERTS

- Trucs et astuces pour établir un bon trajet
- Tutoriel trajet



ASTUCES | CONSEILS

- Viser la distance idéale (entre 1 km et 1,6 km)
- Calculer environ 8 minutes de marche pour 500 mètres
- Toujours prévoir un bénévole au début du trajet
- Faire valider les trajets auprès du poste de police de votre quartier/municipalité





FAIRE CONNAÎTRE LE PROJET






BUT

- Encourager l'inscription des enfants
- Recruter les bénévoles marcheurs



ACTIONS

-  Planifier une tournée des classes pour parler du projet aux enfants
-  Organiser des kiosques au service de garde pour faire connaître le projet auprès des parents
-  Mettre sur pied des activités pour recruter des bénévoles de la communauté



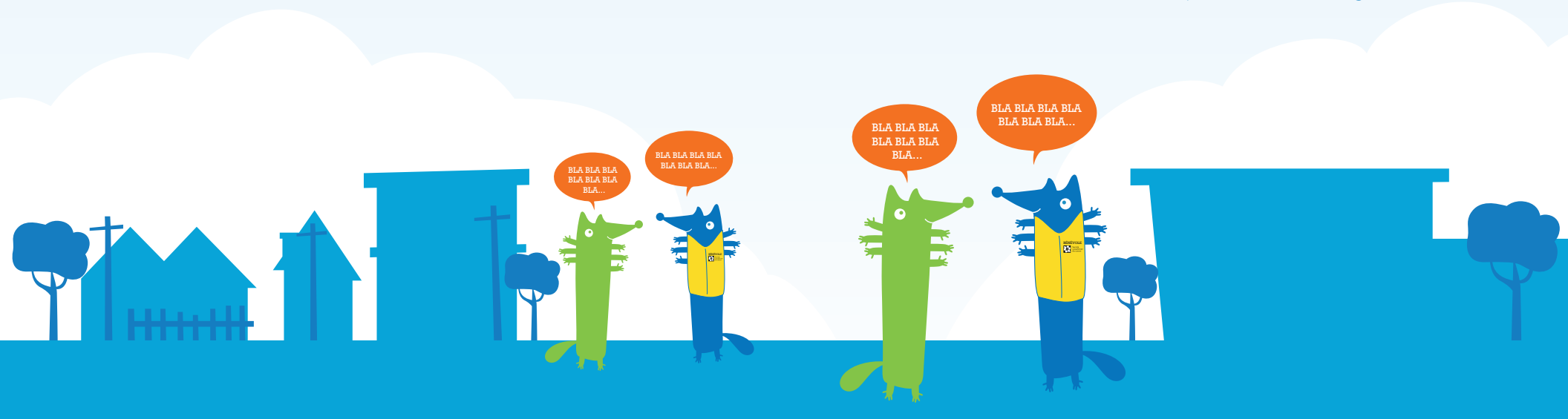
OUTILS OFFERTS

- Capsules vidéo avec guide d'animation
- Trousse de promotion
- Bannière sur pied
- Trucs et astuces pour le recrutement de bénévoles



ASTUCES | CONSEILS

- Solliciter l'aide du professeur d'éducation physique
- Demander de l'aide aux voisins ou aux grands-parents
- Encourager la collaboration des enfants plus âgés
- Afficher les trajets au service de garde



5

LANCER LES INSCRIPTIONS



BUT

- Recueillir des inscriptions



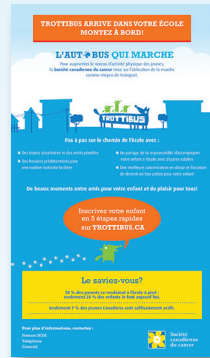
ACTIONS

- Lancer les inscriptions en utilisant les outils offerts
- Confirmer ou annuler les trajets selon le nombre d'enfants inscrits et de bénévoles disponibles



OUTILS OFFERTS

- Site Web
- Carton destiné aux parents
- Courriel personnalisable
- Carton recrutement bénévole
- Horaire bénévole



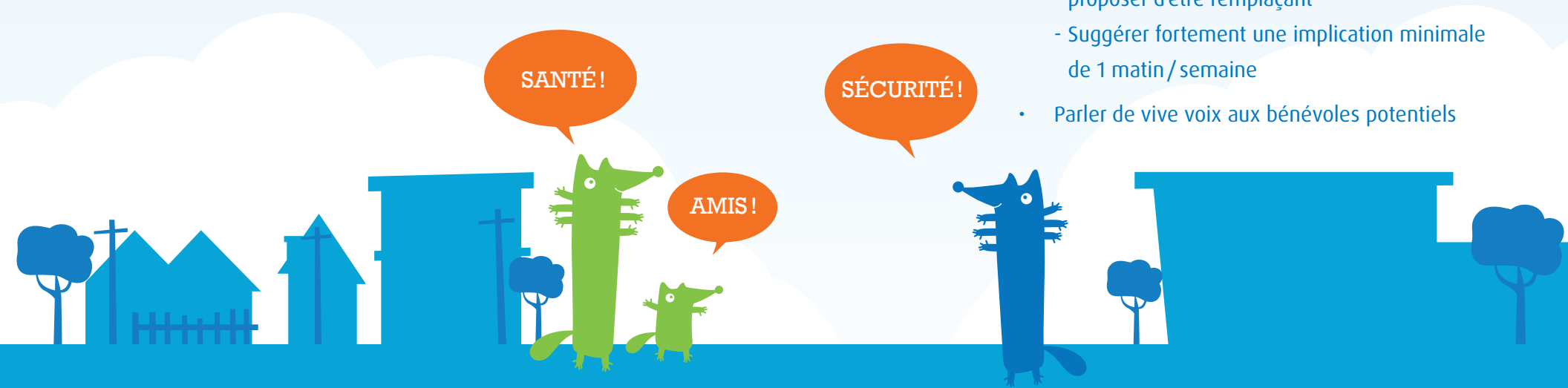
ASTUCES | CONSEILS

- Remettre le carton Trotibus destiné aux parents et les trajets lors de la tournée des classes
- Horaire bénévole :
 - Ratio de deux bénévoles par trajet et d'un bénévole pour huit enfants
 - Si le parent a des horaires atypiques, lui proposer d'être remplaçant
 - Suggérer fortement une implication minimale de 1 matin / semaine
- Parler de vive voix aux bénévoles potentiels

SANTÉ!

SÉCURITÉ!

AMIS!





FORMER LES BÉNÉVOLES



BUT

- Offrir la formation sur la sécurité routière
- Permettre au groupe de bénévoles de s'appropriier le projet et de se connaître entre eux







OUTILS OFFERTS

- Formation sur la sécurité routière (PowerPoint)
- Bon de commande



ACTIONS

-  Commander le matériel et le remettre aux bénévoles lors de la formation
-  Convoquer les bénévoles marcheurs et animer la formation sur la sécurité routière
-  Remplir les formulaires d'antécédents judiciaires
-  Finaliser l'horaire



ASTUCES | CONSEILS

- Envoyer un courriel de rappel aux bénévoles
- Transmettre les coordonnées des enfants et des bénévoles

LA SÉCURITÉ,
C'EST L'AFFAIRE
DE TOUS!





MARCHER



BUT

- Assister à l'aboutissement des démarches



ACTION

-  Préparer et remettre le matériel aux enfants



OUTILS OFFERTS

- Dossard bénévole
- Patte mousse
- Certificat de reconnaissance
- Trucs et astuces pour la reconnaissance des bénévoles



ASTUCES | CONSEILS

- Inviter l'ensemble des participants et collaborateurs à marcher la première journée
- Créer un événement festif et médiatique pour lancer le projet
- Reconnaître la participation des bénévoles et des enfants

BEAU TEMPS,
MAUVAIS
TEMPS...

ON
MARCHE!



Bonne route et merci !

Vous voilà bien outillé pour démarrer votre Trottibus. N'oubliez pas de vous amuser et partagez vos bons coups avec nous !

Un immense merci de contribuer à prévenir plus de cancers !

L'équipe de la Société canadienne du cancer est fière de pouvoir compter sur des personnes engagées et motivées, comme vous.



BONNE
MARCHÉ !



COMMUNIQUEZ AVEC NOUS

TROTTIBUS.CA

trottibus@quebec.cancer.ca

514 255-5151 | 1 888 939-3333

Suivez-nous



Une initiative de :



Société
canadienne
du cancer

Rendue possible grâce à l'appui financier de :



Agence de la santé
publique du Canada

