

## Succès d'un autobus scolaire pédestre

### Source

Kong AS et coll. (2009) **Implementation of a walking school bus: Lessons learned.** *Journal of School Health* 79(7):319-25.

L'obésité juvénile est la cause de divers troubles cardiovasculaires et métaboliques comme l'hypertension, les dyslipidémies, la résistance à l'insuline. Alors que le simple fait de marcher est bénéfique pour la santé, en 2001, seulement 16 % des jeunes du Nouveau-Mexique allaient à l'école à pied ou à bicyclette, comparativement à 42 % en 1969. La distance, les dangers liés à la circulation, la sécurité et les politiques scolaires sont les principaux obstacles nommés par les parents.

Cet article présente les leçons apprises lors de l'implantation d'un programme d'autobus scolaire pédestre dans une école élémentaire à prédominance hispanique, dans un quartier pauvre d'Albuquerque, au Nouveau-Mexique.

Les moyens pour réaliser ce projet étant limités, l'expérimentation s'est faite avec 28 élèves du préscolaire à la 5<sup>e</sup> année, auxquels 10 adultes se sont joints. De ce nombre, 23 élèves et 9 adultes ont participé au projet de 10 semaines.

Précisons que c'est un centre de santé d'une école élémentaire qui est à l'origine du projet. Un coordonnateur a été engagé à temps partiel et des adultes volontaires ont été recrutés, informés et formés. Parmi ceux-ci, deux parents ont été nommés responsables des deux autobus scolaires pédestres. Le coordonnateur avait la responsabilité de compiler l'information relative aux activités des autobus scolaires pédestres. Les deux parents devaient tenir un registre d'assiduité. Un sondage a aussi été réalisé après les 10 semaines du projet afin de mesurer le degré de satisfaction des élèves et des parents. Un groupe de discussion incluant tous les adultes participant au projet a été tenu à la fin du projet.

L'IMC de chaque enfant a été établi. Après avoir présenté un thème en lien avec l'amélioration de la santé, des étudiants en santé ont prodigué des conseils aux participants. Les données furent regroupées en quatre thèmes : le recrutement, les défis relatifs à l'implantation d'un autobus scolaire pédestre, la sécurité et la satisfaction des participants. Un sondage a aussi été réalisé sur les comportements relatifs à la santé.

## **Recrutement**

Le recrutement a commencé trois mois avant le début du projet. Plusieurs moyens ont été utilisés pour en faire la promotion. Le plus important fut de trouver un parent qui accepterait d'en prendre la responsabilité et de recruter d'autres parents volontaires. Un autre aspect important fut d'obtenir l'appui du conseil municipal et la participation des corps policiers, afin que le projet soit sécuritaire.

## **Défis relatifs à l'implantation d'un autobus scolaire pédestre**

L'un des principaux défis fut de trouver du personnel adéquat. Rapidement, le nombre de personnes et le temps prévu furent insuffisants. Par ailleurs, le fait que certains parents ne parlaient qu'espagnol a rendu le recrutement beaucoup plus difficile. D'autres lacunes sur le plan de la procédure relative à la présence ou à l'absence d'adultes volontaires furent aussi soulevées.

## **Sécurité**

La sécurité fut la principale préoccupation des parents et des dirigeants de l'école. L'engagement des policiers dans le projet a immédiatement rassuré tout le monde. De plus, après avoir déterminé les parcours les plus sécuritaires, les policiers ont rencontré les parents volontaires pour leur transmettre les principales mesures de sécurité. Malgré ces mesures, les parents ont fait face à quelques problèmes relatifs à la sécurité, dont des feux de circulation ne fonctionnant pas à des passages pour piétons aux artères principales, des chiens égarés et des problèmes de discipline avec les enfants. Des règles de conduite ont dû être établies, et on a obligé les enfants à porter une veste de sécurité avec réflecteurs.

## **Satisfaction des participants**

De façon générale, tous les participants ont apprécié leur expérience. Ils ont indiqué que l'autobus scolaire pédestre est un excellent moyen de faire la promotion de l'activité physique et de favoriser les interactions sociales grâce à un environnement stimulant et sécuritaire.

## **IMC et comportements**

On nota de très faibles variations de l'IMC. C'est au chapitre des habitudes de vie que les changements furent les plus importants. Cinq des neuf parents ont dit que leurs enfants marchaient beaucoup plus



depuis leur participation au projet; les quatre autres avaient noté une certaine augmentation. Tous les enfants disaient marcher plus qu'avant. La plupart ajoutaient qu'ils jouaient davantage à des jeux vigoureux, qu'ils regardaient moins la télévision, qu'ils mangeaient plus de fruits et de légumes et qu'ils buvaient moins de boissons gazeuses et de jus de fruits.

En conclusion, l'autobus scolaire pédestre peut contribuer à la lutte contre l'obésité et la sédentarité.

Lyne Lyons, Karima Djellouli et Guy Thibault