

UNE MOTIVATION POUR FAIRE DE L'EXERCICE!



Qu'est-ce que le Trottibus ?

Le Trottibus est un autobus pédestre qui suit un trajet prédéterminé avec des arrêts planifiés et qui est dirigé par des bénévoles « conducteurs » à l'avant et à l'arrière.

Pourquoi participer au Trottibus ?

- 30 minutes d'exercice le matin
- Activité en compagnie d'enfants
- En équipe
- Facile à intégrer dans votre routine
- Horaire selon votre disponibilité
- Bénévolat dans le cadre d'un projet de la Société canadienne du cancer



« C'est un bon moyen de se mettre en forme le matin. Se lever de bonne heure puis aller marcher, ça permet de bien partir la journée ! »

Raynald et Paquerette Fillion, bénévoles



LE TROTTIBUS A
BESOIN DE MARCHEURS
BIENVENUE
À BORD !

« Les bénévoles sont enthousiastes et les enfants aiment le Trottibus. Ils sont fiers de porter leur dossard. On fait de l'exercice tous ensemble ! »

Sophie Cournoyer, bénévole

TROTTEZ POUR VOTRE SANTÉ ET CELLE DES JEUNES

Pour encourager les jeunes et moins jeunes à intégrer la marche dans leur mode de vie, la Société canadienne du cancer s'est donné comme mandat de soutenir le développement d'un réseau d'autobus pédestres, le Trottibus, dans la province de Québec.

Cette démarche s'inscrit dans le cadre de ses activités de prévention du cancer et de promotion de la santé.



Contactez la
Société canadienne du cancer
pour plus d'information

trottibus@quebec.cancer.ca
1 888 939-3333 • 514 255-5151
TROTTIBUS.CA



UNE INITIATIVE DE :



Société
canadienne
du cancer

RENDUE POSSIBLE GRÂCE AU SOUTIEN ET À L'APPUI FINANCIER DE :



Québec
EN FORME

EN PARTENARIAT AVEC :



CARREFOUR ACTION
municipale et famille

FÉEPEQ



VIE SAINE

Kino
Québec



Imprimé sur du papier contenant 100% de fibres recyclées postconsommation, certifié Éco-Logo. Procédé sans chlore. Recyclé et fabriqué à partir d'énergie biogaz.

JOIGNEZ-VOUS À L'ÉQUIPE DES BÉNÉVOLES TROTTIBUS

TROTTIBUS,
L'AUTOBUS
QUI MARCHE !



DES BÉNÉVOLES EN ACTION !



Société
canadienne
du cancer