LE PRIX INTERNATIONAL DU DUC D'ÉDIMBOURG
CANADA

PRIX CANADA GUIDE DU PARTICIPANT

© 2024 Prix international du duc d'Édimbourg - Canada, tous droits réservés

Bienvenue dans le défi du Prix !

Participer au demande un engagement de vos temps, mais commencer est simple et après tous vos énergies et vos efforts, vous aurez accomplie quelque chose de spécial dont vous pourrez être très fier.

En tant que participant au Prix, vous aurez la possibilité de :

- Concevoir votre propre programme d'activités au Prix et vous fixer des objectifs personnels stimulants.
- Travailler avec des mentors adultes.
- d'avoir un impact positif sur la vie d'autrui par faire des service communautaires.
- d'acquérir des compétences pratiques et sociales précieuses pour le développement de votre carrière.
- Développer votre forme physique et votre bien-être.
- Relever le défi d'accomplir un voyage d'aventure avec des camarades.
- Rejoignez avec d'autres participants au programme, locale ou à l'étranger.

Le Prix Bronze est le premier niveau pour participer Prix international du Duc d'Édimbourg – Canada et vous pouvez poursuivre votre parcours en entreprenant les niveaux d'Argent puis Or. Le Prix d'Or est le dernier niveau du Prix international du Duc d'Édimbourg, mais il ne doit pas nécessairement être la fin de votre participation au Prix. Envisagez de rejoindre l'Association des médaillés du Canada, la communauté des médaillés de tout le Canada, de guider d'autres jeunes dans leur parcours en devenant chef de groupe, superviseur de voyage d'avanture ou évaluateur, ou encore de soutenir le Prix.

Liens rapides

p.g.	*Pour commencer*		
3	Une description générale du Prix	12	Service volontaire
3	Exigence du Prix	13	Voyage d'aventure
5	Planifier votre Prix	16	Project Or
11	Condition physique	17	Liste de vérification de soumission du participant
11	Habilités		

© 2024 Prix international du duc d'Édimbourg - Canada, tous droits réservés

Une Vue D'ensemble De Votre Voyage De Récompense

1: S'inscrire

Inscrivez-vous auprès de votre centre d'évaluation sur le registre en ligne via www.onlinerecordbook.org.

2: Planifiez votre prix

Choisissez des activités, trouvez vos évaluateurs et fixez des objectifs SMART pour chaque section.

3: Faites votre récompense

Organisez vos activités sur l'ORB, obtenez l'autorisation de votre responsable de récompense, participez à vos activités et enregistrez vos progrès.

4: Faites le point sur votre bourse

Rencontrez régulièrement votre évaluateur pour faire le point sur vos progrès. Une fois l'activité terminée, soumettez-la à vos évaluateurs pour qu'ils la signent et commentent vos progrès.

5: Recevoir l'approbation finale

Une fois que toutes les activités ont été menées à bien et que les délais requis ont été respectés. Soumettez votre bourse à l'approbation finale.

6: Célébrez votre succès

Recevez la reconnaissance de votre travail acharné et célébrez vos réalisations ! Envisagez de passer au niveau suivant du prix.

Les Conditions D'attribution Du Prix

Le prix comprend trois niveaux : Bronze, Argent et Or, et quatre sections d'activités - avec une cinquième si vous faites l'Or. Pour commencer, vous devez planifier votre récompense en choisissant une activité et un objectif personnel stimulant pour chacune des sections. N'oubliez pas que votre récompense doit être équilibrée et que vous devez donc choisir des activités dans des domaines variés; toutes les activités de la récompense doivent être volontaires.

Vous pouvez poursuivre les activités auxquelles vous participez déjà et commencer à les comptabiliser pour l'obtention de votre récompense, ou votre récompense peut être l'occasion d'essayer quelque chose de différent et de développer de nouvelles passions.

Condition physique Relevez le défi d'améliorer votre santé, votre condition physique et vos performances. Voir page 11.

Habilité Relevez le défi d'améliorer vos compétences et d'élargir vos centres d'intérêt. Voir page 11.

Service Volontaire Lancez-vous le défi de faire une différence positive dans votre communauté. Voir page 12.

© 2024 Prix international du duc d'Édimbourg - Canada, tous droits réservés

Voyage D'aventure	Relevez le défi de planifier, de préparer et d'entreprendre un voyage avec une équipe de pairs. Voir pages 13-15.

Projet Or	Relever le défi de travailler avec de nouvelles personnes en vue d'atteindre un objectif commun dans un environnement inhabituel. Voir page 16. *Il s'agit d'une exigence supplémentaire pour le niveau Or uniquement.

Engagement en termes de temps

Vous devrez participer régulièrement à vos activités pendant la durée minimale fixée, à raison d'une heure par semaine en moyenne. Les participants doivent être inscrits auprès de leur centre d'examen avant de commencer leur examen. Les activités antérieures à l'inscription ne peuvent pas être prises en compte pour l'obtention de la bourse.

Ce programme est un marathon, pas une course ! Les temps requis sont des minimums et non des maximums. Vous pouvez choisir votre propre rythme et prendre plus de temps pour terminer une section si nécessaire. Vous pouvez également compléter une section à la fois, ou toutes les sections en même temps. C'est à VOUS de décider à quoi ressemblera votre expérience de la récompense !

	Bronze	Argent	Or
Condition physique	13 semaines	26 semaines	52 semaines
Habilité	13 semaines	26 semaines	52 semaines
Service Volontaire	**13 semaines**	**26 semaines**	**52 semaines**
Section principale*	13 semaines dans le domaine de la condition physique, d' habilité ou du service volontaire , ***Tous les participants qui débutent le prix Bronze sont considérés comme une entrée directe*** et doivent effectuer une période supplémentaire de 13 semaines dans l'un des volets suivants:service, habiletés ou condition physique.	26 semaines dans le domaine de la condition physique, d' habilité ou du service volontaire. Soit un total de 52 semaines dans une section si l'on tient compte des exigences de temps susmentionnées. ***S'applique uniquement aux participants qui n'ont pas atteint le niveau Bronze.***	26 semaines dans le domaine de la condition physique, d' habilité ou du service volontaire. Soit un total de 78 semaines dans une section si l'on tient compte des exigences de temps susmentionnées. ***S'applique uniquement aux participants qui n'ont pas terminé le niveau argent.***

© 2024 Prix international du duc d'Édimbourg - Canada, tous droits réservés

	Bronze	Argent	Or
Voyage D'aventure	Préparation et formation 1 jour d'entraînement 2 jours + 1 nuit de qualification 6 heures d'activités utiles par jour	Préparation et formation 1 jour + 1 nuit d'entraînement 3 jours + 2 nuits de qualification 7 heures d'activités utiles par jour	Préparation et formation 1 jour + 1 nuit d'entraînement 4 jours + 3 nuits de qualification 8 heures d'activités utiles par jour
Projet Or	**Sans objet**	**Sans objet**	**5 jours + 4 nuits**
Âge minimum pour commencer - *Les participants qui ont terminé le niveau précédent peuvent commencer le niveau suivant sans délai, même s'ils n'ont pas atteint l'âge minimum.*	14 ans **Avec l'accord d'un responsable du programme, certains participants peuvent commencer à 13,5 ans.*	15 ans	16 ans
Âge maximum pour terminer	Avant le 25 anniversaire		

Planifiez Votre Prix

Créez votre prix

Il s'agit de votre Prix, et vous êtes entièrement libre de choisir ce que vous ferez pour chaque section. Il s'agit de vous fixer un défi et de vous sentir bien lorsque vous vous voyez progresser et atteindre vos objectifs. Visitez le portail de ressources pour les participants afin de trouver des modèles et des informations utiles pour vous aider pendant que vous travaillez à l'obtention de votre Prix.

Questions qui vous aideront à concevoir votre prix:

1. **Qu'est-ce que je veux faire ?** Réfléchissez à ce que vous aimez, à ce qui vous passionne et aux domaines d'intérêt que vous aimeriez explorer pour chaque section du prix.

2. **Que dois-je prévoir ?** Tenez compte de vos ressources, de votre disponibilité et de l'accès aux activités que vous souhaitez entreprendre.

3. **Qui dois-je connaître ?** Le fait de bénéficier d'un soutien vous aidera à mener à bien votre bourse. Dresser une liste de vos connaissances peut vous aider à identifier des évaluateurs potentiels.

4. **Comment puis-je me surpasser ?** Il ne s'agit pas seulement de pratiquer ce que vous savez déjà faire. à faire. Pour être vraiment bon dans quelque chose, vous devez sortir de votre zone de confort. Demandez à vos évaluateurs ou à votre responsable de bourse de vous aider à fixer des objectifs SMART et à élaborer un plan réaliste pour les atteindre.

© 2024 Prix international du duc d'Édimbourg - Canada, tous droits réservés

Trouvez vos évaluateurs

Vous travaillerez avec votre évaluateur pour établir votre objectif et un plan de contrôle pour la durée de votre activité. Les **évaluateurs** peuvent être des enseignants, des amis de la famille, des voisins, des entraîneurs, etc. **Les évaluateurs doivent être des adultes et ne peuvent pas être des membres de la famille immédiate.**

Vous devrez trouver un adulte différent pour jouer le rôle d'évaluateur pour chacune de vos activités. Votre **évaluateur** doit être compétent et expérimenté dans l'activité en question et être en mesure de vous encadrer pendant que vous travaillez sur votre Prix. Il n'est pas nécessaire que votre évaluateur soit présent lors de votre activité, mais vous devez communiquer avec lui régulièrement. Une fois l'activité terminée, votre **évaluateur** vérifiera votre participation et soumettra un rapport à l'ORB pour commenter vos progrès.

3 raisons pour lesquelles il est utile d'avoir un bon évaluateur

1. Apprendre de quelqu'un qui "marche sur la tête" - Votre évaluateur a l'expérience de ce que vous essayez de réaliser et peut partager ses connaissances et son expertise avec vous.

2. Obtenir du soutien et développer sa résilience - Votre évaluateur est quelqu'un qui veut vous voir réussir et qui peut vous apporter son soutien si vous le demandez. Il vous encouragera lorsque vous vous en sortez bien et vous incitera à persévérer dans les moments difficiles.

3. Découvrir davantage votre potentiel - Votre évaluateur peut vous aider à identifier vos forces et vos faiblesses. Si vous avez des difficultés, un mentor peut vous donner des conseils précieux pour vous aider à trouver une solution.

Fixez vos objectifs

Les objectifs sont un excellent moyen de vous aider à maximiser votre motivation. Les meilleurs objectifs sont spécifiques et indiquent où vous en êtes, où vous voulez aller et comment vous y parviendrez. Il est essentiel d'avoir un objectif clair pour commencer votre bourse. Discutez avec votre évaluateur et votre chef de groupe pour vous aider à établir des objectifs clairs.

Pour l'objectif de votre parcours aventureux, vous devrez travailler avec votre équipe pour le créer. Des ressources pour vous aider à démarrer peuvent être trouvées sur le Navigateur du voyage d'aventure.

SPÉCIFIQUE	MESURABLE	ATTEIGNABLE	RÉALISTE	TEMPOREL
Que veux-tu faire?	De quelle façon tu vas savoir que tu as atteint ton objectif?	As-tu la capacité de l'atteindre?	Est-ce réaliste de l'atteindre?	Dans quel délai voulez-vous l'atteindre?

© 2024 Prix international du duc d'Édimbourg - Canada, tous droits réservés

5 façons de rester motivé grâce à un objectif intelligent

1. Vous permet de visualiser quelque chose.
2. Planifie vos progrès.
3. Décompose votre objectif en étapes plus petites et continues.
4. Vous permet de mesurer vos progrès et d'ajuster votre plan.
5. Vous rappelle la situation dans son ensemble.

OBJECTIF DE DÉPART :	OBJECTIF SMART :
Loisirs physiques : Je veux devenir un nageur plus rapide.	Je nagerai 400 m en 8 minutes ou moins d'ici la fin des 26 semaines. J'y parviendrai en m'entraînant trois fois par semaine avec l'équipe de natation de l'école. Je m'entretiendrai avec mon entraîneur toutes les deux semaines et j'appliquerai les conseils qui me seront donnés.
Compétences : Je veux apprendre à jouer du piano.	Au cours des 13 prochaines semaines, je prendrai des cours de piano pour apprendre à faire des gammes et interpréter deux chansons de niveau débutant au piano devant ma famille lors de notre fête de fin d'année.
Service volontaire : Je vais nettoyer ma communauté et produire moins de déchets.	Au cours des 26 prochaines semaines, je passerai 1,5 heure par semaine à ramasser des déchets dans ma communauté avec mes voisins. Je vais également rechercher et mettre en œuvre des moyens de réduire les déchets ménagers de sorte qu'au bout de 26 semaines, notre communauté sera plus propre et nous produirons moins de déchets ménagers.
Projet Or : Je me rendrai dans une autre région du Canada pour participer à la rénovation d'une école.	Je me rendrai dans le nord de l'Ontario avec d'autres jeunes de tout le Canada. Nous passerons six jours dans une communauté à rénover une salle de classe endommagée par un incendie de forêt. Pendant mon séjour, j'en apprendrai davantage sur les défis environnementaux, la culture locale et les nouvelles compétences. Je tiendrai un journal dans lequel je réfléchirai aux progrès réalisés chaque jour et à ce que j'apprendrai. À mon retour, je ferai une présentation de mon expérience à mon école afin de sensibiliser au changement climatique et aux personnes les plus touchées par celui-ci.

© 2024 Prix international du duc d'Édimbourg - Canada, tous droits réservés

Faites Votre Prix

Lorsque vous êtes prêt, configurez vos activités sur le Carnet virtuel Online Record Book (ORB). Votre chef de groupe confirmera si vos évaluateurs et vos objectifs sont acceptable par rapport aux activités que vous avez choisies. Votre chef de groupe peut vous apporter son soutien et ses conseils tout au long de votre Prix.

Travaillez à la réalisation de vos objectifs et pratiquez vos activités régulièrement pendant la durée fixée. Enregistrez vos progrès dans votre compte ORB. Dans vos journaux, donnez des détails sur ce que vous faites et sur la façon dont vous pensez progresser vers votre objectif global. Veillez à consulter votre évaluateur et votre chef de groupe et demander de l'aide.

Nous vous recommandons de prévoir du temps dans votre routine hebdomadaire pour suivre les progrès de votre récompense. Vous pouvez choisir de vous connecter juste après avoir terminé une activité ou de programmer un moment régulier chaque semaine pour soumettre vos journaux sur l'ORB. Ces journaux doivent comporter 2 à 4 phrases et répondre à une ou plusieurs des questions suivantes :

- Qu'aviez-vous prévu de faire cette semaine ? Qu'avez-vous réellement fait ?
- Comment avez-vous progressé vers votre objectif ?
- Qu'est-ce qui vous a mis au défi ou surpris ?
- Qu'est-ce qui a été couronné de succès ?
- Que feriez-vous différemment la prochaine fois ?
- Qu'avez-vous le plus apprécié dans votre activité cette semaine ?

Revoir Votre Prix

Au fur et à mesure que vous travaillez sur votre Prix, prévoyez des rendez-vous réguliers avec votre évaluateur pour discuter des progrès accomplis dans la réalisation de votre objectif. Lors de ces contrôles, si vous estimez que vous n'êtes plus en mesure d'atteindre votre objectif initial, parlez-en à votre évaluateur ou au chef de groupe et faites-leur savoir.

Une fois que vous avez terminé une activité, vous devez l'envoyer à votre évaluateur pour qu'il l'examine. Vous pouvez le faire par l'intermédiaire de votre carnet vituel. Votre évaluateur aura alors la possibilité d'examiner votre objectif d'activité et vos journaux. Il formulera ensuite des commentaires sur vos progrès et approuvera l'activité. Toutes les sections doivent avoir fait l'objet d'un rapport de l'évaluateur avant que votre Prix ne soit soumis à l'approbation finale.

© 2024 Prix international du duc d'Édimbourg - Canada, tous droits réservés

Recevoir L'approbation Finale

Une fois que vous avez satisfait à toutes les exigences du Prix et que vous avez toutes vos rapports d'évaluateur, vous devez les soumettre à votre chef de groupe pour approbation. Si toutes les conditions sont remplies, vous recevrez une confirmation de la part de Office National du Prix que vous avez obtenu votre certification !

Si certaines conditions ne sont pas remplies, votre Prix sera renvoyé pour révision, accompagné d'une note expliquant pourquoi votre Prix a du été révisé. Une fois que vous aurez faites les modifications nécessaires, vous pourrez renvoyer votre Prix pour approbation. Si vous avez des questions ou des inquiétudes, adressez-vous à votre chef de prix.

Célébrez Votre Succès

Tous les participants aux primes recevront un courrier électronique automatisé dans les 24 heures suivant l'autorisation de leur niveau de prime dans le registre en ligne. Ce courriel comprendra :

- une lettre de reconnaissance numérique officielle
- Un certificat numérique
- Un lien vers une page web spécifique au niveau, décrivant les résultats, les compétences développées, les cadres numériques et la manière de publier ou de partager sur les médias sociaux, y compris LinkedIn.

Pour les participants aux Prix de bronze et d'argent, les centres du Prix pourront commander des certificats papier et/ou des épinglettes à remettre aux participants. Les participants en Prix d'Or pourront notifier leur intention de participer à un événement de reconnaissance officiel, organisé par Prix Canada, et commander un certificat papier facultatif et/ou une épinglette physique. Les célébrations de Prix de Bronze et d'Argent sont organisées par le centre d'attribution et les célébrations de Prix d'Or par le bureau national du Prix.

N'oubliez pas de mentionner votre Prix dans vos demandes d'admission à l'université et dans vos demandes d'emploi. Vous pouvez également consulter notre site web pour plus d'informations sur l'utilisation de vos réalisations en matière de bourses dans vos CV, lors d'entretiens et dans vos candidatures.

Si vous êtes actif sur les médias sociaux, vous pouvez nous suivre sur LinkedIn, YouTube, Facebook et Instagram @dukeofedcanada. C'est un excellent moyen de rester en contact avec le Prix. Vous pouvez également vous en faisant du bénévolat lors d'événements, en encadrant d'autres jeunes dans leur Prix ou en devenant un supporter du Prix.

© 2024 Prix international du duc d'Édimbourg - Canada, tous droits réservés

Restez impliqué - Réseau des anciens du Prix Mondial

Pour vous aider à préserver l'héritage de votre Prix, la Fondation internationale du Duc d'Édimbourg a créé un réseau accompli pour les récipiendaires comme vous. L'Association des médaillés du Canada (GAAN) est une communauté estimée de personnes qui ont utilisé les compétences acquises en tant que participant et qui appliquent maintenant ces leçons dans leur vie de tous les jours pour aider à façonner et à guider leur avenir.

En tant que récipiendaire, vous bénéficierez d'un accès privilégié à des ressources et à un soutien en matière de développement professionnel, à des possibilités d'emploi au Canada et à l'étranger, à des événements organisés par le Prix et à de nombreuses possibilités de réseautage avec d'autres récipiendaires au niveau local et mondial.

Si vous avez 18 ans ou plus, vous pouvez rejoindre notre réseau mondial l'Association des médaillés du Canada et entrer en contact avec des récipiendaires du monde entier. Si vous n'avez pas encore rejoint le GAAN, nous vous invitons des maintenant.

Cliquez ici pour adhérer aujourd'hui

Les Sections Du Prix

Les pages suivantes contiennent des informations de base sur chaque section que vous compléterez pour obtenir votre Prix international du Duc d'Édimbourg.

Pour chaque section, tu peux choisir quelque chose que tu fais régulièrement, que tu veux essayer ou quelque chose de complètement nouveau pour toi. Nous vous donnons quelques idées pour vous aider à décider quoi faire pour chaque section. N'oubliez pas qu'il ne s'agit que de suggestions d'activités que d'autres personnes ont pratiquées dans le passé. Utilisez-les pour vous aider à réfléchir à ce qui vous intéresse ou à ce que vous aimeriez essayer.

Si vous avez du mal à trouver une idée d'activité pour une section, vous disposez d'un certain nombre de ressources. Vous pouvez vous adresser à votre chef de groupe, discuter avec d'autres participants et/ou consulter le portail des participants.

Cliquez ici pour accéder au portail des participants

© 2024 Prix international du duc d'Édimbourg - Canada, tous droits réservés

Condition physique

La section physique du Prix vous encourage à améliorer votre santé physique, quel que soit votre point de départ. Vous pouvez choisir de pratiquer un sport d'équipe, un sport solo ou toute autre activité. La section physique devrait vous permettre de vous sentir en bonne santé, et devrait vous aider à développer de précieuses compétences d'équipe, l'estime et la confiance en soi. C'est aussi très amusant !

La liste des activités possibles est presque illimitée, mais vous devez veiller à ne pas choisir des activités qui sont considérées, en termes de bourse, comme des activités de la section "compétences" ou de la section "service volontaire" (ou au moins veiller à ce que votre programme soit équilibré). Pour l'essentiel, l'activité choisie doit être physiquement stimulante ou exigeante pour vous.

Il existe de nombreuses façons de compléter votre section physique. Vous pouvez choisir de participer à un sport d'équipe, de suivre un cours de fitness, de vous inscrire dans un club ou une salle de sport, ou encore de programmer une activité régulière à l'extérieur ou à la maison.

Cliquez ici pour des idées de Condition physique

J'ai parcouru plus de 1 000 km à vélo tout au long du programme, j'ai fait des excursions pour une journée en vélo avec des amis et j'ai vu le monde sous un angle complètement différent. J'ai visité des endroits où je ne serais jamais allé en voiture ou à pied.

Jerry, Récipiendaire de Prix Bronze

Habilité

La section d'habilité vous permet de développer vos intérêts personnels ainsi que vos compétences pratiques et sociales. Vous pouvez choisir d'améliorer une compétence existante ou d'essayer quelque chose de nouveau. Il s'agit de s'engager, d'apprendre quelque chose de nouveau et de s'améliorer, de se donner un sentiment d'accomplissement et de bien-être.

Les établissements d'enseignement supérieur, les universités et les employeurs apprécient également de voir que vous possédez des aptitudes à la vie quotidienne !

La liste des activités possibles est presque illimitée, mais les participants doivent veiller à ne pas choisir des activités qui sont considérées comme activités physiques ou du service volontaire. Si vous réfléchissez plus que vous ne transpirez, c'est une activité d'habilités ! En d'autres termes, l'activité de compétence choisie doit être passive plutôt que active.

Cliquez ici pour des idées d'habilité

© 2024 Prix international du duc d'Édimbourg - Canada, tous droits réservés

Mon engagement dans la photographie est devenu un voyage. J'ai toujours aimé prendre des photos, mais l'apprentissage de techniques de photographie créatives au cours de mes 26 semaines m'a permis de découvrir ma passion.
Pour mon niveau d'Argent, j'ai ouvert un compte Instagram pour publier mes photos, et je continue à prendre des photos et à les publier aujourd'hui

Evangelina, Récipiendaire de Prix Argent

Service Volontaire

La section service volontaire vous permet de faire du bénévolat dans votre communauté, de rencontrer des gens et de voir comment votre service profite à ceux qui vous entourent. Le bénévolat sur une certaine période vous permet de rencontrer des personnes au sein de la communauté avec lesquelles vous n'auriez peut-être pas eu de contacts et de voir l'impact positive que vous pouvez faire. Il peut également contribuer à améliorer des compétences telles que le travail en équipe, la communication et la confiance en soi.

La liste des activités possibles est presque illimitée et est souvent dictée par les ressources ou les opportunités disponibles. Pour garantir l'équilibre essentiel de votre Prix, vous devez veiller à ne pas choisir des activités trop semblables à celles que vous avez choisies pour la section physique ou la section d'habilité.

De nombreuses personnes et organisations sont prêtes à vous offrir des opportunités de service pratique. Il peut s'agir de travailleurs sociaux, de médecins, de chefs religieux, d'écoles, d'hôpitaux ou de prisons, de départements de la jeunesse, de groupes de conservation, d'autorités locales, d'organisations bénévoles de jeunes, d'organisations de protection des animaux, de clubs de service et d'organisations ou d'agences non gouvernementales nationales et internationales.

Faites des recherches dans votre région pour identifier une opportunité appropriée.

Cliquez ici pour les idées des services de bénévolat

L'une des sensations les plus agréables et les plus gratifiantes que le prix m'ait procurée, c'est le sentiment de joie que je ressens après avoir consacré une petite partie de ma journée à changer et à améliorer celle des autres.

Roma, Récipiendaire de Prix Argent

© 2024 Prix international du duc d'Édimbourg - Canada, tous droits réservés

Voyage d’aventure

Le voyage d'aventure (VA) encourage l'esprit d'aventure et de découverte en planifiant et en entreprenant un voyage avec une petite équipe de pairs. Les équipes travaillent ensemble pour fixer un objectif clair et stimulant qui est réalisable et qui définit les activités qu'elles feront tout au long de leur voyage.

L'objectif principal du voyage est le travail d'équipe à travers la planification et la réalisation des parcours de pratique et de qualification tout en travaillant sur des défis réels posés par l'environnement au sens large. L'AJ peut se dérouler dans des environnements urbains, ruraux ou sauvages. Il ne s'agit pas seulement d'un voyage en camping, les équipes peuvent choisir de découvrir des caractéristiques locales, de se déplacer à vélo entre les villes, d'explorer des sites historiques ou d'en apprendre davantage sur l'environnement. Les possibilités sont infinies !

Le voyage d’aventure requiert de l'initiative, de la communication et de la persévérance. Elle procure aux équipes un sentiment d'accomplissement, d'autonomie et de découverte. Avec une formation, une planification et une supervision appropriées, le volet voyage d’aventure vise à sortir les jeunes de leur zone de confort en toute sécurité et à les encourager à relever de nouveaux défis en équipe.

Notre voyage a définitivement changé ma vie. J'ai pu vraiment apprécier la nature et j'ai réalisé à quel point cette région est belle. J'ai pu apprécier le plein air Cette expérience m'a permis d'acquérir de nombreuses compétences qui resteront à jamais gravées dans ma mémoire.

Daniella, Bronze Award Holder

Voyage D’aventure Stages

Un voyage aventureux (VA) se déroule en trois étapes. Chaque partie doit être réalisée en équipe*, avoir un objectif d'équipe clairement défini, être évaluée par un adulte compétent et être réalisée en tant qu'activité distincte pour que le voyage aventureux soit considéré comme terminé

NOTE

***Tous les membres de l'équipe doivent être impliqués de manière égale dans chacune des étapes du voyage aventureux. Les membres de l'équipe doivent être des pairs et vous devez travailler avec la même équipe pendant toute la durée de votre AJ. Les membres de l'équipe peuvent inclure des personnes qui ne participent pas au prix.**

© 2024 Prix international du duc d'Édimbourg - Canada, tous droits réservés

Tous les participants aux Prix recevront un courrier électronique automatisé dans les 24 heures suivant l'autorisation de leur niveau de Prix dans le carnet d'activités en ligne. Cet e-mail contiendra les informations suivantes :

1. ***Planifier le voyage : Planification et préparation***

- Tous les membres de l'équipe d'AJ travaillent ensemble pour planifier et préparer le voyage avec le soutien d'un mentor adulte (il peut s'agir de leur responsable de bourse, de leur évaluateur d'AJ et/ou de leur superviseur d'AJ).

- Ensemble, l'équipe décide d'un mode de transport, d'un objectif d'équipe et d'un environnement dans lequel elle peut voyager en toute sécurité.

- Les équipes s'entraînent, planifient et se préparent pour s'assurer qu'elles disposent des compétences et des ressources nécessaires pour accomplir leur voyage en toute sécurité.

2. ***Faire le voyage***

- Voyage d'entraînement :

  a) Une aventure préparatoire entreprise par l'équipe, avec les conseils de leur(s) mentor(s) adulte(s).

  b) Elle est conçue pour s'assurer que l'équipe est bien préparée, bien entraînée et dotée des compétences et des ressources nécessaires pour effectuer un voyage de qualification en toute sécurité et avec succès.

- Le parcours de qualification :

  a) Il permet à l'équipe d'appliquer les compétences et les connaissances acquises pour entreprendre un voyage stimulant et réalisable.

  b) Les équipes démontreront leur capacité à collaborer efficacement et à travailler ensemble en toute sécurité pour atteindre l'objectif qu'elles se sont fixé.

3. ***Révision du voyage***

- La dernière étape du voyage aventureux consiste à faire le point sur l'expérience et à en tirer des enseignements.

- L'équipe fait le point sur chaque étape avec son/ses mentor(s) adulte(s) pour déterminer ce qui s'est bien passé, ce qui pourrait être amélioré, ce qui a été appris et l'impact du voyage sur l'équipe.

- Le moment et la manière dont le compte rendu est effectué sont décidés par l'équipe et le mentor adulte.

Visitez le navigateur du voyage d'aventure pour trouver des idées, des modèles et des lignes directrices sur la façon de faire votre AJ .

© 2024 Prix international du duc d'Édimbourg - Canada, tous droits réservés

Voyage D’aventure 10 Conditions requises

☐ 1.	**Taille de l'équipe d'AJ :** 4-8 membres de l'équipe
☐ 2.	**Le voyage :** Planifier et entreprendre un voyage de pratique et de qualification d'une durée appropriée, déterminée par votre niveau.
☐ 3.	**Soutien aux adultes :** Le superviseur et l'évaluateur de l'AJ (qui peut être la même personne) doivent être compétents pour le type de voyage effectué.
☐ 4.	**Objectif de l'équipe :** tous les voyages doivent avoir un objectif SMART clairement défini pour l'équipe. L'objectif doit être stimulant et réalisable par tous les membres de l'équipe.
☐ 5.	**Lieu :** Les voyages à l'aventure peuvent se dérouler dans tous les lieux, y compris les lieux connus des participants.
☐ 6.	**Mode de transport :** Les membres de l'équipe doivent utiliser un mode de transport qui nécessite leur propre effort.
☐ 7.	**Hébergement :** Les membres de l'équipe doivent être hébergés dans des logements simples et indépendants.
☐ 8.	**Formation et pratique :** L'équipe doit être formée de manière adéquate afin d'avoir les aptitudes et les compétences nécessaires pour effectuer le parcours de qualification en toute sécurité.
☐ 9.	**L'autosuffisance :** Les équipes doivent être autonomes en s'assurant qu'elles disposent de ce dont elles ont besoin pour réussir leur parcours.
☐ 10.	**Examen et compte rendu :** Les équipes doivent faire le point sur l'expérience de l'AJ avec leur évaluateur et/ou leur superviseur.

Pour une description plus détaillée des conditions requises, consultez les conditions requises pour le voyage aventureux.

© 2024 Prix international du duc d'Édimbourg - Canada, tous droits réservés

Projet Or

Dans le cadre du projet d'or, vous aurez l'occasion de mettre à profit les nombreuses compétences acquises au cours de votre formation.

Il s'agira pour vous d'entreprendre une activité commune ou un cours spécifique dans un environnement inconnu, avec des personnes que vous ne connaissez pas, et de mettre à profit un talent que vous avez développé dans une autre section, d'apprendre quelque chose de complètement nouveau dans le cadre d'un cours intensif ou de faire quelque chose pour aider les autres. Il s'agit d'une expérience importante, passionnante et très enrichissante qui vous donnera un grand sentiment d'accomplissement.

Exigences

- Entreprendre une activité partagée et utile qui vous permette d'élargir vos intérêts et votre expérience.
- Résider hors de votre lieu de résidence habituel pendant une période totale d'au moins cinq jours et quatre nuits.
- Être en compagnie d'autres personnes qui, pour la plupart, ne sont pas vos compagnons habituels.

Cliquez ici pour des idées de projets en or

Grâce à ce projet, j'ai beaucoup appris sur le travail d'équipe en vue d'atteindre un objectif commun. En raison de la diversité de nos expériences et de nos perspectives, nous avons rencontré de nombreuses difficultés en tant qu'équipe; cependant, je pense que cela m'a permis de grandir en tant qu'individu.

Alexandra, Porte-prix en or

© 2024 Prix international du duc d'Édimbourg - Canada, tous droits réservés

Liste De Contrôle Pour La Soumission Des Participants

CONDITION PHYSIQUE	
☐	Logé pendant au moins 13, 26 ou 52 semaines, en fonction du niveau de la bourse.
☐	Objectif(s) SMART atteint(s)
☐	Rapport de l'évaluateur complété pour chaque activité de l'ORB
HABILITÉ	
☐	Logé pendant au moins 13, 26 ou 52 semaines, en fonction du niveau de la bourse
☐	Objectif(s) SMART atteint(s)
☐	Rapport de l'évaluateur complété pour chaque activité de l'ORB
SERVICE VOLONTAIRE	
☐	Logé pendant au moins 13, 26 ou 52 semaines, en fonction du niveau de la bourse
☐	Objectif(s) SMART atteint(s)
☐	Rapport de l'évaluateur complété pour chaque activité de l'ORB
SECTION PRINCIPALE (CONDITION PHYSIQUE, HABILITÉ OU SERVICE VOLONTAIRE)	
☐	13 semaines supplémentaires au niveau Bronze ou 26 semaines au niveau Argent/ Or* enregistrées dans une section en fonction de votre niveau de récompense. **Uniquement applicable aux participants qui n'ont pas terminé le niveau précédent.*

VOYAGE D'AVENTURE	
☐	Préparation et formation terminées
☐	Au moins un parcours de pratique réalisé avec l'équipe
☐	Débriefing et révision de l'équipe pour le parcours de pratique
☐	Rapport de l'évaluateur complété pour le parcours de pratique sur l'ORB
☐	Le parcours de qualification s'achève avec l'équipe
☐	Objectif de l'équipe atteint
☐	Réalisation d'un débriefing et d'une revue de l'équipe.
☐	Rapport de l'évaluateur complété pour le voyage de qualification sur l'ORB
PROJET OR	
☐	Projet Gold achevé (au moins 5 jours et 4 nuits d'absence)
☐	Objectif SMART atteint
☐	Rapport de l'évaluateur complété

© 2024 Prix international du duc d'Édimbourg - Canada, tous droits réservés

Des questions ?

Si vous avez des questions ou des inquiétudes concernant votre bourse, parlez-en d'abord à votre responsable de bourse, qui est là pour vous aider.

Vous pouvez également obtenir de plus amples informations à l'adresse suivante www.lpde.org

Remerciements

Cette publication s'inspire du travail du Prix du Duc d'Édimbourg au Royaume-Uni et de sa publication DofE Participants' Handbook.

À propos de notre organisation caritative

Le Prix international du Duc d'Édimbourg - Canada est une organisation caritative enregistrée au Canada dont la mission est de promouvoir le Prix international du Duc d'Édimbourg (connu simplement sous le nom de Prix), d'offrir le Prix aux jeunes et de préserver la qualité du Prix au Canada.

Notre mission est de veiller à ce que le Prix et ses avantages soient connus et adoptés par les partenaires institutionnels et individuels et utilisés comme un outil pour inspirer et guider les jeunes dans des expériences qui enrichissent leur vie. Nous espérons que vous apprécierez vos expériences !

N'oubliez pas de nous en faire part et de partager vos histoires et vos photos !

Vous pouvez également nous contacter via les médias sociaux :

Le Prix international du Duc d'Édimbourg - Canada
www.lpde.org
Numéro de l'organisme de bienfaisance enregistré au Canada 12391 6751 RR0002

© 2024 Prix international du duc d'Édimbourg - Canada, tous droits réservés