

**PROGRAMME REQUIREMENTS**

| Award Level  | Community Service  | Expeditions/Explorations   | Skills   | Physical Fitness   |
|--|--|--|--|--|
| <p><b>BRONZE</b></p> <p>Minimum age of 14 years old. Qualify in the 4 fields of activity.</p>                                    | <p>Choose one or more forms of service, undertake training and help others. A minimum of 15 hours of service over a period of 6 months.</p>  | <p>Undertake basic training, carry out a practice journey and then complete an expedition OR an exploration. A minimum of 2 days out is required including a night camping and an average of 6 hours activity a day.</p>                           | <p>Follow a Skills programme for a minimum of 6 months. Activity may be changed once during this period.</p>   | <p>Take part in physical activities and benefit from participation, effort and improvement. A minimum of 30 hours of activity over a period of 15 weeks is required.</p> |
| <p><b>SILVER</b></p> <p>Minimum age of 15 years old. Qualify in the 4 fields of activity.</p>                                    | <p>Choose one or more forms of service, undertake training and help others. A minimum of 30 hours of service over a period of 6 months for those who have achieved the Bronze Award and 45 hours of service over 12 months for direct Silver entrants.</p> | <p>Undertake basic training, carry out a practice journey and then complete an expedition OR an exploration OR an adventurous project. A minimum of 3 days out is required including 2 night camping and an average of 7 hours activity a day.</p> | <p>Follow a Skills programme for a minimum of 6 months for those who have achieved the Bronze Award and 12 months for direct Silver entrants. Activity may be changed once during this period.</p> | <p>Take part in physical activities and benefit from participation, effort and improvement. A minimum of 40 hours of activity over a period of 20 weeks is required.</p> |
| <p><b>GOLD</b></p> <p>Minimum age of 16 years old. Qualify in the 4 fields of activity and complete the Residential Project.</p> | <p>Choose one or more forms of service, undertake training and help others. A minimum of 60 hours of service over a period of 12 months for those who have achieved the Silver Award and 90 hours of service over 18 months for direct Gold entrants.</p>  | <p>Undertake basic training, carry out a practice journey and then complete an expedition OR an exploration OR an adventurous project. A minimum of 4 days out is required including 3 night camping and an average of 8 hours activity a day.</p> | <p>Follow a Skills programme for a minimum of 12 months for those who have achieved the Silver Award and 18 months for direct Gold entrants. Activity may be changed once during this period.</p>  | <p>Take part in physical activities and benefit from participation, effort and improvement. A minimum of 50 hours of activity over a period of 25 weeks is required.</p> |
| <p><b>EXAMPLES</b></p>   | <p>Voluntary work with seniors, youth, disabled, homeless groups, school activities, student council, etc.</p>   | <p>Expedition: Bicycle, canoe, hike, horseback, snowshoe, etc.<br/>Exploration: should be of an environmental or historic nature.</p>  | <p>Music, computers, crafts, graphic arts, life skills, collections, model building, precision drill team, seamanship, recreational shooting, gliding, etc.</p>                                    | <p>Individual or team activity.</p>  |

**Residential Project:** Undertake some shared activity with peers, either through voluntary service or training away from the home over a period of not less than 5 consecutive days including 4 nights. Examples: youth and cadet leadership training courses, Outward Bound and similar courses, voluntary help at homes, camps, work with disadvantaged children or seniors, school exchanges, cadet camps.

| <b>EXIGENCES DU PROGRAMME</b>  |   |   |  |
|--|---|---|--|
| <b>Services communautaires</b>   | <b>Expéditions/explorements</b>   | <b>Habilités</b>  | <b>Conditionnement physique</b>  |
| Choisir un ou plusieurs types de service communautaire, entreprendre l'entraînement et rendre des services aux autres. Un minimum de 15 heures réparties sur 6 mois.   | Entreprendre un voyage de pratique ou une journée de formation et compléter une expédition ou exploration. Un minimum de 2 jours comprenant une nuit à l'extérieur et une moyenne de 6 heures d'activité par jour.                      | Poursuivre une habileté pendant un minimum de 6 mois. L'habileté peut être changée une fois durant cette période.   | Pratiquer des activités sportives qui demandent une participation active, un effort et une amélioration. Un minimum de 30 heures d'activité réparties sur 15 semaines. |
| Choisir un ou plusieurs types de service communautaire, entreprendre l'entraînement et rendre service aux autres. Un minimum de 30 heures réparties sur 6 mois pour les personnes ayant complété le niveau Bronze; 45 heures réparties sur 12 mois pour une entrée directe au niveau Argent. | Entreprendre un voyage de pratique ou une journée de formation et compléter une expédition ou exploration ou projet d'aventure. Un minimum de 3 jours comprenant 2 nuits à l'extérieur et une moyenne de 7 heures d'activités par jour. | Poursuivre une habileté pendant un minimum de 6 mois, pour les personnes ayant complété le niveau Bronze et 12 mois pour une entrée directe au niveau Argent. L'habileté peut être changée une fois durant cette période. | Pratiquer des activités sportives qui demandent une participation active, un effort et une amélioration. Un minimum de 40 heures d'activité réparties sur 20 semaines. |
| Choisir un ou plusieurs types de service communautaire, entreprendre l'entraînement et rendre service aux autres. Un minimum de 60 heures réparties sur 12 mois pour les personnes ayant complété le niveau Argent, 90 heures réparties sur 18 mois pour une entrée directe au niveau Or.    | Entreprendre un voyage de pratique ou une journée de formation et compléter une expédition ou exploration ou projet d'aventure. Un minimum de 4 jours comprenant 3 nuits à l'extérieur et une moyenne de 8 heures d'activité par jour.  | Poursuivre une habileté pendant un minimum de 12 mois, pour les personnes ayant complété le niveau Argent et 18 mois pour une entrée directe au niveau Or. L'habileté peut être changée une fois durant cette période.    | Pratiquer des activités sportives qui demandent une participation active, un effort et une amélioration. Un minimum de 50 heures d'activité réparties sur 25 semaines. |
| Service volontaire avec les personnes âgées, jeunes, handicapés, personnes sans abris, activités scolaire, comité étudiant, etc.   | Expédition : bicyclette, canot, randonnée pédestre, équitation, ski de fond, etc.<br>Exploration : devrait être de nature historique ou environnementale.   | Musique, informatique, artisanat, art graphique, collections, modélisme, exercice militaire de précision, tir récréatif, vol à voile, matelotage, etc.  | Activité individuelle ou en équipe.  |

**Projet de résidence :** Participer à une activité organisée, avec des compagnons inhabituels, pour une durée de 5 jours et 4 nuits. Peut être effectué lors du niveau Bronze ou Argent mais sera admissible au Niveau Or. Exemples : séminaires et conférences de jeunesse, cours à l'étranger, aide volontaire dans un centre ou un camp, travail auprès des enfants démunis, échanges étudiants, etc.

|  |                |   |  |  |                 |  |
|--|----------------|---|--|--|-----------------|--|
|  | <b>Niveaux</b> | <p style="text-align: center;"><b>BRONZE</b></p> <p>Être âgé d'au moins 14 ans. Se qualifier dans les 4 secteurs d'activités.</p> | <p style="text-align: center;"><b>ARGENT</b></p> <p>Être âgé d'au moins 15 ans. Se qualifier dans les quatre secteurs d'activités.</p> | <p style="text-align: center;"><b>OR</b></p> <p>Être âgé d'au moins 16 ans. Se qualifier dans les quatre secteurs d'activités et compléter le projet de résidence.</p> | <b>EXEMPLES</b> |  |
|--|----------------|---|--|--|-----------------|--|