



Offre de services 2026-2027

PROGRAMME ex3

EN PLEIN AIR

Exploration, expédition et expérience



Présentation du programme ex3 en plein air

Exploration, expédition et expérience

Introduction

Le programme ex3 vise à soutenir les écoles et les intervenants scolaires qui souhaitent intégrer le plein air à leur offre d'activités parascolaires ou dans un cursus scolaire. Financé par le ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur, le projet est déployé dans chaque région par les Unités régionales de loisir et de sport (URLS).

Mission

Augmenter les possibilités d'activités en plein air chez les jeunes des niveaux primaires et secondaires, en toute saison, quelles que soient leurs capacités physiques, mentales ou financières, en réduisant les freins à leur pratique de façon encadrée et sécuritaire.

NOUVEAUTÉ ! Pour être admissibles aux services du programme ex3, les enseignants doivent désormais s'inscrire à la plateforme provinciale : ex3pleinair.com/inscription



ex3 à Laval c'est :

1. **Soutien logistique**
2. **Accompagnement en pédagogie en plein air**
3. **Mentorat**



1 — Soutien logistique

Sports Laval s'assurera de soutenir les organisations pour permettre l'accès à de l'équipement de plein air et des sites de pratique.

2.1 - Prêt de matériel en plein air.

circonflexe

Il est maintenant possible d'emprunter via le programme ex3 x Circonflexe:

- Équipement de camping (tente/sac à dos/gamelle/ tapis de sol)
- Planche à neige (3e cycle du primaire)
- Planche à roulette (primaire et secondaire)
- Raquette à neige (primaire et secondaire)
- ! • Sac d'exploration (préscolaire)
- Ski alpin (1er cycle du primaire)
- Ski de fond (primaire et secondaire)
- ! • Slackline
- Trottinette sur roues (primaire)
- ! • Trottinette des neiges (primaire)
- Vélo d'équilibre
- Vélo hybride (primaire et secondaire)

Du matériel de pédagogie en plein air est également disponible :

- Banc en mousse pour enseigner dehors
- Bâche et corde
- Boussole
- Sac de Landart (ensemble de création artistique en plein air)
- ! • Roue et ruban à mesurer

Pour réserver du matériel : <https://sportslaval.qc.ca/prest-dequipement/>

2.2 - Soutien au transport

Dans le cadre du Pentathlon hivernal qui aura lieu le 10 février 2027, les 8 premières écoles à s'inscrire recevront un rabais de 150\$ pour rembourser leurs frais de transport.

Pour vous inscrire, veuillez communiquer avec Véronique Rainville au : vrainville@sportslaval.qc.ca. **Date limite d'inscription:** 27 janvier 2027.

2 — Accompagnement en pédagogie en plein air

Cette année, **deux (2) écoles** seront sélectionnées pour bénéficier d'un accompagnement dans le cadre d'un projet de développement de la pédagogie par le plein air.

L'accompagnement sera offert en collaboration avec :

- Amélie Poitras-Larivière, conseillère pédagogique en environnement et climat scolaire positif au Centre de services scolaire de Laval (CSS de Laval);
- Un conseiller ou une conseillère en promotion et prévention de la santé publique, associé(e) à l'école participante.

Chaque école retenue recevra une **bourse de libération** de **2000,00\$**, afin de permettre la libération des membres du personnel enseignant participant au projet.

Comment vous inscrire?

1. Constituez une équipe de quelques enseignants (peu importe le niveau scolaire)
2. Obtenez le soutien de votre direction
3. Votre direction doit remplir une demande ISIDORE – sujet « Climat scolaire »

Pour plus de renseignements sur l'accompagnement en pédagogie en plein air, consultez [les ressources d'accompagnement](#).

Date limite pour faire une demande : 16 octobre 2026.



3 — Mentorat

En collaboration avec le CSS de Laval, Sports Laval met à la disposition des enseignants et enseignantes un réseau de mentors expérimentés, provenant de différents niveaux d'enseignement et possédant des expertises variées en plein air.

Grâce au programme EX3, les frais de libération des participants et participantes sont couverts, **jusqu'à épuisement des fonds disponibles.**

Le mentorat se décline en trois volets :

1. Observation : observer un mentor dans sa pratique afin de découvrir différentes approches et façons d'intégrer le plein air en contexte scolaire;
2. Co-développement : échanger et réfléchir collectivement autour de situations, de défis ou de pratiques vécues;
3. Rétroaction (optionnel) : se faire observer par un mentor et bénéficier de conseils et de commentaires constructifs afin de faire évoluer sa pratique.

Comment participer?

- Pour vous inscrire comme mentoré(e) : [remplissez le formulaire d'inscription.](#)
- Pour vous inscrire comme mentor(e) : communiquez avec Amélie Poitras-Larivière, conseillère pédagogique en plein air au CSS de Laval, à l'adresse aplariviere@csslaval.gouv.qc.ca.

Pour plus d'informations :

Claudelle Desbiens

Coordonnatrice

cdesbiens@sportslaval.qc.ca

(450) 664-1917, poste 215

