



Règlement pour les établissements de services à l'enfance - 2026

Le défi des Cubes énergie est un événement amical durant lequel les élèves bougent pour accumuler des Cubes énergies tant à la garderie qu'à la maison. Ce défi s'adresse à tous les établissements de services à l'enfance désirant participer à un projet dynamique et rassembleur initié dans le cadre du Grand défi Pierre Lavoie.

1 - Durée du défi des Cubes énergie

Le défi des Cubes énergie se déroule du **27 avril à 8 h** au **18 mai 2026 à 23 h 59**.

2 - Étapes à suivre pour participer au défi

- Chaque établissement de services à l'enfance désirant participer au défi des Cubes énergie doit désigner un responsable du défi pour l'établissement qui assurera le suivi des étapes du défi.
- Le responsable de l'établissement doit d'abord inscrire son établissement sur la Planète Cube au planetecube.com.
- Lors de l'inscription de son établissement sur la Planète Cube, le responsable de l'établissement doit valider sur sa fiche le nombre de participants. Celui-ci représente **le nombre total d'enfants de son établissement**.
*** Ne pas inclure le personnel.**
- Avant le début du défi, le responsable de l'établissement doit distribuer les outils de participation aux participants (voir la section 5 pour plus de détails).
- Chaque semaine, le **responsable de l'établissement** doit inscrire le nombre total de Cubes énergie amassés à l'établissement ainsi que ceux amassés à la maison et ce par les enfants, les membres du personnel et leur entourage respectif sur le site Planète Cube.
- Le responsable de l'établissement aura jusqu'au **26 mai 2026 à 18 h** pour comptabiliser la totalité des Cubes énergie accumulés par son établissement sur la Planète Cube.

3 - Participants

- Tous les enfants de l'établissement.
- Tous les membres de l'établissement de services à l'enfance (incluant la direction, les éducateurs, le personnel d'entretien, le secrétariat, les psychoéducateurs, etc.)
- Tous les membres de la famille immédiate des enfants inscrits (les parents, les grands-parents, les frères et les sœurs), ainsi que les membres de la famille immédiate du personnel de l'établissement (conjoint et enfants) sont invités à bouger. *** Pour que les Cubes énergie accumulés par l'entourage soient admissibles, l'activité doit obligatoirement être réalisée en compagnie de l'enfant ou du membre du personnel de l'établissement participant, sauf pour les grands-parents (voir le dernier point au paragraphe 6 - Calcul des Cubes énergie).**
- Malheureusement, les amis, les membres de la famille élargie (oncle, tante, parrain, marraine, etc.), l'entraîneur et les membres de l'équipe sportive de l'enfant ou toute autre personne **ne peuvent pas aider l'enfant à accumuler des Cubes énergie**. Ils sont toutefois invités à bouger afin d'encourager l'enfant dans son défi.

4 - Activités permettant d'accumuler des Cubes énergie

1 Cube énergie = 15 minutes d'activité physique continue

- **Toutes les activités qui nécessitent un effort physique sont acceptées.** Par exemple : aller jouer au parc, faire une promenade, soccer, basketball, corde à danser, planche à roulettes, vélo, natation, plongeon, course à relais, marche en montagne, patinage, jeux de ballon, gymnastique, jeu de frisbee, badminton, football, hockey, athlétisme, tchoukball, golf, judo, ski, curling, équitation, jeux vidéo actifs tels que Kinect ou Wii fit.
* **Activités non acceptées : jeux vidéo passifs, jeux de cartes ou de société, billard, pêche, véhicule à moteur tout-terrain (VTT), mini-golf; bref, tout ce qui ne vous permet pas de bouger suffisamment.**
- **Les Cubes énergie peuvent s'accumuler à la garderie et à la maison.**
- Toutes les activités physiques pratiquées durant les heures régulières de garde sont admissibles.

5 - Outils disponibles

Les établissements de services à l'enfance inscrits recevront gratuitement des *Carnets de l'enfant* pour tous les participants.* De plus, chaque milieu recevra une affiche promotionnelle et une affiche Cube-o-mètre. Tous les outils de participation du défi sont disponibles dans la *Boîte à outils* du cubesenergie.com ou sur la Planet Cube en format PDF ou Excel.

- Carnet de l'enfant (un par enfant, des copies papier sont aussi envoyées à chaque établissement)
- Le [Calcul-o-Cube](#) (outil de comptabilisation en ligne facilitant la comptabilisation des Cubes pour chaque responsable de groupe)
- *Fiche du responsable de groupe* (une par groupe, facultatif. Elle facilite le calcul des Cubes énergie pour le responsable de groupe)
- *Fiche explicative* (une par éducateur et une par parent, au besoin)
- Le Cube-o-mètre (une copie papier sera aussi envoyées à chaque établissement)
- *Un calendrier* (celui représente les 3 semaines du défi des Cubes énergie).

* Tant que les quantités le permettent et que l'école s'inscrit à temps.

6 - Calcul des Cubes énergie

- **Un Cube énergie correspond à une période de 15 minutes d'activité physique continue.**
Exemple 1 : si un enfant marche 5 minutes à 3 moments différents dans la journée, cela ne lui donne aucun Cube puisque que les 15 minutes d'activité n'ont pas été réalisées en continu.
Exemple 2 : si le cours de motricité dure 50 minutes et qu'il y a 25 enfants, on ne peut pas faire l'équation suivante : $(50 \text{ minutes} \times 25 \text{ enfants}) / 15 \text{ minutes} = 83 \text{ Cubes}$. Il faut calculer $3 \text{ Cubes (pour 45 minutes d'activité continue par enfant)} \times 25 \text{ enfants} = 75 \text{ Cubes}$.
- **Un Cube énergie ne doit être compilé qu'une seule fois.**
Exemple 1 : si Noémie et Antoine vont à la même garderie et font du vélo ensemble pendant 45 minutes, ils accumulent chacun 3 Cubes énergie. Noémie ne peut pas inscrire les Cubes énergie d'Antoine dans son carnet puisque celui-ci les ajoutera dans son propre carnet.
Exemple 2 : si un parent fait 30 minutes de vélo avec son garçon et sa fille, il peut donner ses 2 Cubes à un ou à l'autre de ses enfants et non au deux. Le parent peut aussi choisir de donner 1 Cube à son fils et 1 Cube à sa fille.
- **L'enfant accumule 1 Cube énergie supplémentaire par personne de son entourage immédiat qui l'accompagne, et ce pour chaque tranche de 15 minutes d'activité physique accomplie.**
Exemple : un enfant va faire du vélo avec sa sœur, sa mère et son père pendant 30 minutes. Dans ce cas-ci, il y a 4 personnes participantes (l'enfant + 3 membres de sa famille) $\times 2 \text{ blocs de 15 minutes (30 minutes)} = 8 \text{ Cubes énergie}$ (pourvu que les frères et sœurs ne soient pas tous deux participants au défi des Cubes).

- **Les grands-parents d'un élève inscrit au défi des Cubes énergie peuvent donner leurs Cubes énergie faits sans la présence de l'enfant.** Un Cube ne peut être donné qu'à un seul enfant.

Exemple : Grand-maman fait de l'aquaforme avec ses amies pendant 30 min (= 2 Cubes énergie). Elle a le choix de donner 2 Cubes à son petit-fils Antoine, ou bien son premier Cube à son petit-fils Antoine et son 2e Cube à sa petite-fille Anne-Sophie.

7 - Suggestions pour la compilation des Cubes

- Cubes énergie accumulés à la maison :

- 1) Les Cubes énergie accumulés **en dehors des heures de garde**, à la maison ou dans le cadre d'un cours de karaté par exemple, doivent être compilés par l'enfant dans son *Carnet de l'enfant* et authentifiés par la signature d'un parent.
- 2) À la fin de chaque semaine, le responsable de groupe doit compiler les Cubes inscrits dans le carnet de chacun de ses enfants et inscrire ce chiffre dans le *Calcul-o-Cube*. Le responsable de l'établissement pourra ensuite l'inscrire à l'endroit prévu à cet effet sur la *Planète Cube*.

- Cubes énergie accumulés à la garderie :

- 1) Les Cubes énergie accumulés par un groupe à l'établissement de services à l'enfance **pendant les heures de garde** (ex. : danser en classe la capsule active du Grand défi Pierre Lavoie ou faire une séance de yoga), doivent être compilés par le responsable de groupe.
- 2) À la fin de chaque semaine, le responsable de groupe doit compiler les Cubes énergie accumulés à l'établissement de services à l'enfance par son groupe dans le *Calcul-o-Cube*. Le responsable de l'établissement pourra ensuite l'inscrire à l'endroit prévu à cet effet sur la *Planète Cube*.

*Si vous utilisez les fiches, le responsable de groupe doit transmettre au responsable de l'établissement le nombre total de Cubes inscrit sur la *Fiche du responsable de groupe*. Ce dernier l'ajoutera à l'endroit prévu à cet effet sur la *Planète Cube*.

Il est permis pour le responsable du défi de faire appel à des ressources ou de l'aide afin de faire le décompte des Cubes énergie. Des parents peuvent vous donner un coup de main.

8 - Moyenne totale de Cubes énergie par enfant

- Le calcul de la moyenne de Cubes énergie par enfant permet d'obtenir une même base de comparaison pour tous les établissements de services à l'enfance, peu importe le nombre d'enfants fréquentant l'établissement, et donc de rendre le défi équitable.

$$\text{Nombre moyen de Cubes énergie par enfant} = \frac{\text{Nombre total de Cubes accumulés par l'établissement}}{\text{Nombre d'enfants total dans l'établissement}}$$

- Le nombre total de Cubes accumulés par l'établissement représente tous les Cubes énergie que les enfants, les membres du personnel et leur entourage respectif auront amassés durant le défi des Cubes énergie.

9 - Prix à gagner

- Un ensemble de matériel actif : un ensemble de matériel favorisant l'activité physique et le développement de la motricité globale chez les enfants. Un cadeau surprise sera remis à chaque enfant des établissements gagnants.

10 - Tirage des établissements gagnants

- Le tirage de l'ensemble de matériel actif se base sur la moyenne de Cubes énergie accumulés par l'établissement. Un nombre de chances pour le tirage est attribué selon la moyenne de Cubes par enfant que l'établissement aura atteint à la fin du défi.

Moyenne de Cubes énergie par enfant	Chances de gagner au tirage
38 à 75 Cubes énergie	1 chance
76 à 149 Cubes énergie	2 chances
150 Cubes énergie et plus	3 chances

- Les établissements de services à l'enfance gagnants du défi seront pigés au hasard le **27 mai 2026** et seront annoncés au courant du mois de juin.
- 10 établissements de services à l'enfance gagnants seront pigés au hasard parmi tous les établissements participants. Les gagnants se mériteront un ensemble de matériel actif.
- Pour être proclamés gagnants, les établissements de services à l'enfance doivent avoir fait preuve d'honnêteté dans le calcul des Cubes. Le Grand défi Pierre Lavoie se réserve le droit de contacter l'établissement afin de valider les informations et les résultats.

Vous retrouverez une foule d'informations complémentaires sur : cubesenergie.com ou planetecube.com

Vous pouvez également contacter la responsable du défi des Cubes énergie au cubesenergie@legdpl.com.