

le **VORTEX** de Bagotville



Volume 14 Numéro 7

LE JOURNAL DE LA BASE DES FORCES CANADIENNES DE BAGOTVILLE

JUILLET 2019

BFC Bagotville, 2^e Escadre et 3^e Escadre **Changements de commandement**

pages 2 et 3



L'implication bénévole du cpl Jonathan Guay reconnue...page 5

Travaux majeurs pour améliorer l'efficacité énergétique...page 7

Inauguration du nouveau centre d'entraînement Boyd... page 10



**GARAGE
JEAN-PIERRE
TREMBLAY**

La Baie
2460, rue Bagot
418-544-4455

Chicoutimi
1737 boul. Talbot
418-545-4455

Passez nous voir avant de prendre la route des vacances!

Le **SPÉCIALISTE** des
**ALTERNATEURS,
DÉMARREURS
ET BATTERIES**



Un problème
de vision?
Le **Docteur**
s'occupe de vous!
à notre succursale de La Baie



Le colonel Luc Girouard à la tête de la 2^e Escadre

La 2^e Escadre de Bagotville a accueilli le 4^e commandant de son histoire le 3 juillet dernier. Le colonel Luc Guillette a laissé sa place au nouveau commandant, le colonel Luc Girouard.

La cérémonie s'est déroulée au hangar 7 de la BFC Bagotville devant une centaine d'invités réunis pour l'occasion en présence du commandant de la 1^{re} Division aérienne du Canada, le major-général Alain Pelletier.

Le commandant sortant de la 2^e Escadre, récemment promu au grade de brigadier-général, s'est dit très fier du travail qu'il a accompli et de l'équipe de la 2^e Escadre. « Je suis fier de ce que mon équipe a accompli pour soutenir les missions de l'Aviation royale canadienne, en particulier pour la mission du G7 et pour les nombreuses missions de soutien aérien au Canada aux autorités



Le colonel Luc Girouard a accepté avec fierté son nouveau rôle de commandant de la 2^e Escadre.

civiles pour aider les citoyens aux prises avec des catastrophes naturelles. Les compétences diversifiées et la polyvalence de mon personnel m'a permis de mener à bien beaucoup de projets », a déclaré le commandant sortant.

Pour sa part, le nouveau commandant, le colonel Girouard, a souligné qu'il abordait cette nouvelle fonction avec confiance. « C'est un grand honneur pour moi de revenir à la 2^e Escadre comme commandant. C'est ma quatrième mutation à Bagotville et j'ai l'impression de revenir à la maison. Ayant déjà commandé une des unités de cette escadre, je connais

fort bien le talent et le fort potentiel du personnel qui y est affecté. Je suis sûr qu'avec leur soutien, nous serons en mesure de mener à bien les missions qui nous sont confiées », a affirmé le colonel Girouard.

De son côté, le major général Pelletier a souligné la tâche importante qui attend le nouveau commandant de la 2^e Escadre. « Le colonel Girouard arrive à la 2^e Escadre dans un temps où les

demandes de soutien augmentent constamment. Je n'ai aucun doute que sa feuille de route, son leadership et l'expertise de son équipe lui permettront de mener à bien la mission de la 2^e Escadre », a-t-il souligné.

Lors de cette cérémonie, l'adjudant-chef Martin Rousseau a aussi cédé sa place en remettant ses responsabilités à l'adjudant-chef Robert Sullivan.



L'équipe de commandement sortante de la 2^e Escadre a quitté la parade sur un tandem. Il faut dire que le commandant sortant est un passionné de vélo et de triathlon. Ce clin d'œil a été organisé par les membres de l'escadre pour souligner leur passion envers l'activité physique et leur complicité au travail.

le VORTEX de Bagotville

Le Vortex est un journal non officiel, autorisé et publié mensuellement avec la permission du commandant de la Base des Forces canadiennes de Bagotville. Les opinions et les points de vue exprimés ne sont pas nécessairement ceux du ministre de la Défense nationale, du commandant de la BFC Bagotville ou de l'équipe du journal.

Éditeur en chef :
Lcol Annie Malouin (BFC Bagotville)

Édition, rédaction, publicité
Brin d'com (Eric Gagnon)
418-306-2592
brindcom@royaume.com

Affaires publiques BFC Bagotville
418-677-7277 ou 418-677-4145

Gestionnaire PSP:
(Distribution et renseignements généraux)
Annie Côté 677-4000 (poste 4180)

Le Vortex est publié le second jeudi de chaque mois et imprimé à 2 500 exemplaires.

Aussi disponible en version numérique au
www.vortexbagotville.com
et sur pressreader.com

Prochaine publication: 8 août 2019
Date de tombée pour la prochaine édition:
Mardi 30 juillet

Col Luc Girouard 2 Wing's new Commander

2 Wing Bagotville welcomed the 4th Commander of its history on July 3rd. Colonel Luc Guillette has given way to the new commander, Colonel Luc Girouard.

The ceremony was held at Hangar 7 of CFB Bagotville in front of a hundred guests gathered for the occasion in the presence of the Commander of 1 Canadian Air Division, Major-General Alain Pelletier.

The outgoing commander of 2 Wing, recently promoted Brigadier-General, was very

proud of the work he and the 2 Wing team did. "I am proud of what my team has accomplished to support the Royal Canadian Air Force missions, particularly for the G7 mission and for the many air support missions in Canada to civilian authorities to help citizens with natural disasters. The diversified skills and versatility of my staff allowed me to carry out many projects," said BGen Guillette.

For his part the new commander, Colonel Girouard, stressed that he approached this new function with confi-

dence. "It's a great honor for me to be returning to 2 Wing as Commander. This is my fourth transfer to Bagotville and I feel like coming back home. Having already commanded one of this Wing's units, I am very familiar with the talent and potential of the personnel assigned to it. I am sure that with their support, we will be able to carry out the missions entrusted to us," said Colonel Girouard.

The Vortex will present a full interview with the new commander in future editions.

Le colonel Normand Gagné aux commandes

Lors de la parade de changement de commandement de la 3^e Escadre / Base des Forces canadiennes (BFC) Bagotville le 3 juillet 2019, le colonel William Radiff, commandant sortant, cède sa place au colonel Normand Gagné.

Cette cérémonie de passation de commandement, qui se déroule au hangar 7 de la BFC Bagotville, est présidée par le major général Alain Pelletier, commandant de la 1^{re} Division aérienne du Canada.

Après deux ans dans la position de commandant de la 3^e Escadre / BFC Bagotville et un Spectacle aérien international de Bagotville record, le colonel William Radiff quitte ses fonctions pour retourner aux études à Toronto.

Lors de son départ, le colonel Radiff a souligné l'accueil que lui et sa famille ont reçu dans la région. « La 3^e Escadre de Bagotville ainsi que la région du Saguenay Lac-Saint-Jean ont été exceptionnellement accueillantes avec moi et ma famille durant les deux dernières années. Je suis très fier d'avoir travaillé et côtoyé les militaires et civils de la région et les remercie du fond du cœur pour leur remarquable hospitalité. »

Le successeur du colonel Radiff, le colonel Normand Gagné, malgré son nom très répandu ici, en est à sa première affectation à Bagotville. Originaire de New Richmond en Gaspésie, il obtient son brevet de pilote en 1985 et est affecté à l'Île-du-Prince-Édouard.

Après sa formation de pilote de chasse, il est envoyé à la base de Baden en Allemagne. Au cours de cette affectation, il participe à la Guerre du Golfe et à l'opération Tempête du désert.

De retour au pays, il sera choisi en 1997 comme pilote de démonstration du CF-18. Dès 1999, il est affecté au QG de la 1 DAC. Il sera par la suite déployé au Katar, en Allemagne et en Italie, puis il revient à Trenton et au QG de la 1 DAC à Winnipeg.

En 2016, il est muté au quartier général des « Diables rouges » de la 1^{re} Division aérienne du Canada à Kingston comme chef d'état-major. En juillet 2018, il déménage à Ottawa au Bureau de capacités d'avions de chasse. Le colonel Gagné cumule plus de 5 000 heures de vol, dont 2 000 à bord du CF-18.

Malgré le fait qu'il n'a jamais travaillé à Bagotville, le nouveau commandant affirme qu'il se sent déjà chez lui. « Dès mon arrivée



PHOTO : IMAGERIE CPL GAGNÉ

Le colonel Normand Gagné mène ici la parade après sa prise de commandement de la 3^e Escadre et de la BFC Bagotville.

au Saguenay, je me suis senti à la maison. Il est évident que la relation entre Bagotville et la communauté est exceptionnelle. Les civils qui travaillent sur la Base démontrent un sentiment d'appartenance très particulier envers la famille militaire. Je me sens ainsi privilégié

d'avoir été choisi pour cette position de commandement et de pouvoir travailler dans cette belle région », a-t-il déclaré.

Le Vortex vous présentera une entrevue complète avec le nouveau commandant dans ses prochaines éditions.

Colonel Normand Gagné at the helm

During the change of command parade of 3 Wing / Canadian Forces Base (CFB) Bagotville on July 3, 2019, Colonel William Radiff, outgoing commander, was replaced by Colonel Normand Gagné.

This Change of Command Ceremony, held in Hangar 7 at CFB Bagotville, is chaired by Major General Alain Pelletier, Commander 1 Canadian Air Division.

After two years in the position of 3 Wing Commander / CFB Bagotville and a record Bagotville International Air Show, Colonel William Radiff leaves to return to school in Toronto.

When he left, Colonel Radiff

emphasized the welcome he and his family received in the region. "The 3 Wing Bagotville and the Saguenay Lac-Saint-Jean region have been exceptionally welcoming with me and my family for the past two years. I am very proud to have worked and rubbed shoulders with the military and civilians of the region and thank them from the bottom of my heart for their remarkable hospitality."

The successor of Colonel Radiff, Colonel Normand Gagné, despite his widespread name here, is on his first assignment in Bagotville. Colonel Gagné has accumulated more than 5,000 hours of flying time, including

2,000 aboard the CF-18.

Although he has never worked in Bagotville, the new commander says he already feels at home. "As soon as I arrived in Saguenay, I felt at home. It is obvious that the relationship between Bagotville and the community is exceptional. Civilians working on the Base demonstrate a very special sense of belonging to the military family. I feel privileged to have been chosen for this command position and to be able to work in this beautiful region," he said.

The Vortex will present a full interview with the new commander in future editions.



Le colonel William Radiff a quitté la parade à bord d'un véhicule un peu particulier, un bateau pneumatique de l'Escadron 439 équipé pour la pêche.

LE *Mot* du COMMANDANT

Heureux d'être avec vous!

Je profite de l'occasion pour vous remercier du formidable accueil que ma famille et moi avons reçu. Nous sommes très heureux d'être mutés à Bagotville et avons hâte de découvrir tout ce que la région peut nous offrir.



Par Col. Normand Gagné
Commandant de la 3^e Escadre
et de la BFC Bagotville

Les gens de la Base de Bagotville devraient être fiers de leurs réalisations récentes. En plus de soutenir l'entraînement quotidien, le SAIB est une preuve flagrante du très bon travail d'équipe.

Le spectacle a su garder sa réputation exceptionnelle et s'affranchir à nouveau d'un succès sensationnel qui est devenu le standard.

Pour les personnes qui nous quittent, je vous souhaite un bon déménagement et du succès dans vos prochains défis. J'espère que vous partez de Bagotville avec des bons souvenirs du Saguenay et des amis que vous avez rencontrés lors de votre mutation.

I would like to thank Col "Fat Daddy" Radiff for the remarkable work he put in at 3 Wing. His legacy will live on for years to come. For "Fat Daddy", Christina, Francis and Joseph, we wish you an uneventful move, a great summer, a successful year at Toronto (Fat Daddy) and a warm welcome in your new home in Ottawa.

Je souhaite la bienvenue à tous ceux qui sont mutés à Bagotville cet été et particulièrement au col Luc Girouard, commandant de la 2^e Escadre (*pour une quatrième venue dans la région*), à son épouse Bianka et aux enfants Sacha et Matis.

Bienvenue également à l'adjuc Sullivan, son épouse Yan Ni et leur fille Abigail pour une première mutation dans notre région. Le col Girouard et moi allons continuer de travailler conjointement pour optimiser les ressources et la productivité de notre base et de ses unités.

J'aimerais souligner également les 1 700 cadets que nous accueillons sur la Base cet été afin de compléter leurs formations d'entraînement du leadership, la survie, la voile et celle du planeur.

Pendant la période estivale, je vous encourage tous à prendre du temps pour vous reposer, vous énerger et pour profiter des activités en famille dans cette belle région du Saguenay-Lac-Saint-Jean.

Je suis fier d'être votre nouveau commandant et j'ai hâte de vous rencontrer.

Bon été!

Aquafun

33 JEUX ET JETS D'EAU
CHUTE D'EAU FROIDE
2 SPAS ET HAMMAM
SUPER SPLASH
MÉGA PISCINE
GLISSADES

LE
MONTAGNAIS
HÔTEL MULTISERVICE

418-543-1521 • www.lemontagnais.qc.ca

Vous n'êtes pas seul... Demandez de l'aide!

Aumôniers (24/7 jours)	0, demander l'aumônier de garde
Police militaire	Poste 7911 ou 7345
Services psychosociaux	Poste 7050
Clinique médicale du 25 ^e C SVC S FC	Poste 7208
CRFM	Poste 7468
Promotion de la santé	Poste 7102
Programme d'assistance aux membres et familles	1 800 268-7708
Programme d'aide aux employés civils	1 800 387-4765
Ligne info-familles	1 800 866-4546
Info santé/Info social	811
Centre de prévention du suicide	418 545-1919
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels	1 866 532-2822
Centre d'intervention sur l'inconduite sexuelle	1 844 750-1648
Soutien social; Blessures de stress opérationnel (SSBSO)	1 800 883-6094
Programme Espoir (deuil)	1 800 883-6094
Réseau Soldats Blessés	1 800 883-6094
Deuil 02	418 696-8861

T'ES IMPORTANT-E POUR NOUS

LE SUICIDE N'EST PAS UNE OPTION



AQPS
Association québécoise
de prévention du suicide

1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553
1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553
1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553
1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553
1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553
1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553

1 866 APPELLE

ça soulage!

Le cpl Guay nommé Pompier de l'année

Chaque année, Dystrophie Musculaire Canada (DMC) honore les partenaires d'exception de sa communauté dans le cadre du programme de reconnaissance Dr David-Green. Pour l'année 2018-2019, le prix provincial de pompier de l'année a été décerné au caporal Jonathan Guay, pompier à Bagotville, membre de l'équipe bleue. Cet honneur lui a été remis lors de la 22^e édition du Défi Gratte-Ciel qui se déroulait le 1^{er} juin à Montréal.

Collaboration spéciale
Cpl K. Trottier
Service incendies — 3 ESM

Le Défi Gratte-Ciel, instauré en 1999, par Dystrophie Musculaire Canada, est un exploit sportif confrontant les participants à l'ascension des 23 étages de la Tour Deloitte — deux fois — pour un total de 1188 marches, avec 50 lb d'équipement. Le but du Défi Gratte-Ciel est d'avoir un impact significatif et positif dans la vie des personnes touchées par l'un des 160 types de maladies neuromusculaires.

Le titre de pompier de l'année est remis à un pompier



qui s'est démarqué à travailler sans relâche dans l'un des domaines suivants : défense des intérêts, développement des fonds, services, ou engagement des volontaires — au niveau local ou provincial. La même journée qu'il apprenait qu'il est le récipiendaire de ce prestigieux prix, on lui annonçait aussi son acceptation pour

entamer sa formation de pilote au sein de l'Aviation Royale Canadienne.

Impliqué depuis une dizaine d'années, à la fois auprès du mouvement des corps de cadets de la région, au sein du comité civil régional de Dystrophie Musculaire Canada, étant le premier pompier militaire à œuvrer sur le conseil d'administration de l'organisme, et, lors du Défi Gratte-Ciel, non seulement comme participant, mais aussi comme bénévole sur le terrain lors des événements, le caporal Guay est un pompier très impliqué dans sa communauté, ayant la cause des maladies neuromusculaires très à cœur.

Comme bénévole au niveau régional, il a participé à de nombreux événements dans le but de ramasser des fonds pour la recherche sur les maladies neuromusculaires et pour faire connaître la cause. De plus, il a lui-même organisé plusieurs activités de financement, dont des lave-autos et une

Soirée Pizza lors de son déploiement à Alert.

Dystrophie Musculaire Canada a été fondé en 1954 par un petit groupe de parents de garçons atteints de la dystrophie musculaire et par le cofondateur Dr David Green. Le but était de faire progresser la recherche sur les causes des maladies neuromusculaires. Cet organisme compte aujourd'hui trente-six sections locales et deux sections affiliées établies partout au Canada.

Le caporal Guay souhaite inspirer sa famille, ses amis

et ses collègues, par ses actions, sa grande contribution et son engagement à soutenir une organisation bénévole pour qui l'enthousiasme et le dynamisme de personnes d'exceptions sont cruciaux. Il contribue grandement à faire rayonner l'image des FAC, et aussi, des pompiers militaires — un métier très méconnu du public canadien. La persévérance et la détermination du pompier de l'année 2018-2019 ont contribué à améliorer la qualité de vie au quotidien de plusieurs personnes atteintes par des maladies neuromusculaires.

Cpl Guay, Firefighter of the Year

Each year, Muscular Dystrophy Canada (MDC) honors the outstanding partners of its community with Dr. David-Green recognition program. For 2018-2019, the provincial Firefighter of the Year award went to Corporal Jonathan Guay, a fireman in Bagotville, member of the Blue Team. This honor was presented to him at the 22nd edition of the High Rise Challenge, which took place on June 1st in Montreal.

The High Rise Challenge, established in 1999 by Muscular Dystrophy Canada, is a sporting feat that challenges participants to climb the 23 floors of the Deloitte Tower — twice — for a total of 1188 steps, with 50 lbs of equipment. The goal of the Challenge is to have a significant and positive impact on the lives of those affected by

one of the 160 types of neuromuscular disorders.

The Firefighter of the Year Award is given to a firefighter who has demonstrated outstanding work in one of the following areas: advocacy, fund development, services, or volunteer engagement — at the local or provincial level. The same day he learned that he was the recipient of this prestigious award, Cpl Guay was also announced his acceptance to begin his pilot training with the Royal Canadian Air Force.

Corporal Guay wishes to inspire his family, his friends and his colleagues, by his actions, his great contribution and his commitment to support a voluntary organization for which the enthusiasm and dynamism of exceptional people are crucial.



Le Défi Gratte-ciel, au profit de l'association Dystrophie Musculaire Canada, consiste à gravir à deux reprises les escaliers de la tour de la Bourse de Montréal (1 188 marches) avec 50 livres d'équipement de pompier sur le dos. Plus de 600 pompiers ont pris part à l'édition 2019.

Abonnez-vous à la page
Facebook du PSP de la
BFC Bagotville
[www.facebook.com/
PSPBAGOTVILLE/](http://www.facebook.com/PSPBAGOTVILLE/)



Health Promotion in the Canadian Forces
**STRENGTHENING
 THE FORCES**
ÉNERGISER LES FORCES
 Promotion de la santé dans les Forces canadiennes

Le soleil, la chaleur et la santé?

Enfin le soleil nous apporte sa chaleur! Bien que le teint hâlé qu'il nous procure est généralement recherché par les gens, il faut être très prudent avec les rayons UVA et UVB. Le cancer de la peau est le cancer le plus fréquent au Canada et aussi l'un des plus faciles à prévenir.

Depuis quelques années, nous assistons à un débat sur les crèmes solaires versus le besoin de vitamine D. En effet, le soleil est le moyen le plus naturel d'obtenir de la vitamine D : notre peau en produit lorsque notre peau est exposée. Cependant, la crème solaire bloque cette production en empêchant la peau d'absorber les rayons du soleil. La bonne nouvelle, c'est qu'il suffit de quelques minutes par jour au soleil pour avoir notre dose quotidienne, donc pas besoin de s'exposer longuement sans crème solaire. En cas de doute, vous pouvez consommer des aliments riches en vitamine D comme des produits laitiers ou prendre des suppléments.

Au niveau de la chaleur estivale, Nous sommes tous susceptibles de souffrir d'un stress thermique et de développer une maladie liée à la chaleur telle que la crampe de chaleur, l'épuisement dû à la chaleur ou le coup de chaleur. Pour les éviter, adoptez ces pratiques durant une vague de chaleur:

- Buvez des boissons, surtout de l'eau, avant d'avoir soif
- Ralentissez votre rythme, le corps a besoin de fonctionner plus lentement
- Tenez-vous au frais (air climatisé, étendue d'eau)
- Portez un chapeau et des vêtements amples et de couleur claire
- Ne laissez jamais un enfant ou un animal dans un véhicule stationné

Profitez bien de l'été!

Promotion de la santé

Fondation Thierry Leroux

Défi relevé!

PHOTO : IMAGERIE CPL CALVÉ



Ici, les membres de l'Escadron 439 et les participants au défi lancé par le sgt Martel présentent le résultat de leurs efforts bonifié d'autres dons pour atteindre 700 \$.

Le 15 mai dernier, le personnel militaire et civil de la BFC Bagotville a largement contribué au franc succès de la collecte de fonds au profit de la fondation Thierry Leroux et de la randonnée de vélo qui aura lieu en août prochain.

Rappelons que le sergent Réjean Martel s'était donné comme défi de courir et de pédaler en alternance pour une période de sept heures consécutives. Il y est parvenu sous les encouragements soutenus des gens venus participer soit par leur contribution monétaire ou physique. Les trois vélos stationnaires et les trois tapis roulants ont été en mouvement tout au long du

défi au milieu du plancher de l'Escadron 439 de recherche et sauvetage.

La grande participation et générosité des gens a permis d'amasser la somme de 700 \$, qui a entièrement été remise à la Fondation.

Les organisateurs ont tenu à remercier M. Patrick Brassard du Canex pour son importante contribution en eau, en fruits et en certificats-cadeaux. Merci aussi à la section des Pompiers pour le prêt de tapis roulants et à la section du Génie électrique pour le branchement des tapis.

Souhaitons donc bonne route à tous les cyclistes qui prendront

part à la randonnée du trajet de 630 kilomètres, qui part de Nicolet pour se terminer au Lac Simon de Val-d'Or.

The Challenge collect \$700 for the Foundation

On May 15, the military and civilian personnel of CFB Bagotville contributed significantly to the success of the fundraising for the Thierry Leroux Foundation and the bike ride that will take place next August.

It should be remembered that Sgt Réjean Martel set himself the challenge of running and pedaling alternately for a period of seven consecutive hours. He succeeded under the sustained encouragement of the people who came to participate either by their monetary or physical contribution.

The great participation and generosity of the people raised the sum of \$ 700, which was entirely given to the Foundation.

PHOTO : IMAGERIE CPL CALVÉ



Le père de Thierry, Michel Leroux, remercie le sgt Martel.

JOUEZ PRUDEMMENT^{MC}

Les enfants amputés qui ont perdu un membre en raison d'un accident ont un important message de prudence à transmettre à leurs pairs :
« Repérez les dangers avant de commencer à vous amuser! »

Pour en savoir plus ou obtenir des ressources sur la prévention, rendez-vous à
amputesdeguerre.ca/jouez-prudemment.



Les Amputés de guerre

Travaux majeurs à la BFC Bagotville

Le député de Lac-Saint-Jean, Richard Hébert, accompagné du commandant de la BFC Bagotville, le colonel Normand Gagné, ont annoncé le 8 juillet, au nom du ministre de la Défense, l'attribution d'un contrat d'une valeur de 12 millions de dollars afin d'améliorer le rendement énergétique des infrastructures de la BFC Bagotville.

Lors d'une conférence de presse tenue à Bagotville, le député et secrétaire parlementaire à la Petite entreprise et à la Promotion des exportations, Richard Hébert, a souligné que des interventions seront réalisées sur une soixantaine de bâtiments afin d'en améliorer l'efficacité énergétique. Cette modernisation devrait permettre à terme de réduire les coûts d'énergie de 470 000 \$ par année, soit une économie de 19 %.

Ce sont d'ailleurs ces économies qui financeront la réalisation des travaux. En effet, dans le cadre de ce contrat, une entreprise est embauchée pour payer et réaliser les travaux d'amélioration et l'argent économisé en coût d'énergie servira à rembourser l'entreprise sur une période variant de cinq à quinze ans.



Le commandant de la BFC Bagotville, le colonel Normand Gagné, et le député de Lac-Saint-Jean, Richard Hébert, ont procédé à l'annonce de l'octroi du contrat d'une valeur de 12 millions de dollars.

« L'investissement de notre gouvernement dans les améliorations éconergétiques à la 3^e Escadre Bagotville fera en sorte que les membres des FAC disposeront des installations écologiques, modernes et confortables dont ils ont besoin pour travailler et s'entraîner. Les projets d'infrastructure en cours à la 3^e Escadre aideront à améliorer nos capacités de donner suite à nos engagements permanents envers le NORAD et l'O-TAN », a déclaré le ministre de la Défense, Harjit S. Sajjan, par voie de communiqué.

Des contrats semblables sont en cours d'élaboration pour les bases d'Alert, de Comox, de Borden, de Trenton, de Shilo, de Kingston, de Halifax et de Gagetown. En plus de Bagotville, des projets sont en cours à Greenwood, à Valcartier, à Esquimalt et à Petawawa.

Les améliorations éconergétiques à Bagotville comprendront, entre autres, un nouvel éclairage DEL, une isolation améliorée et des systèmes de chauffage et de refroidissement à haut rendement énergétique. C'est la firme

pour moderniser et écologiser l'infrastructure de défense.

« Cet investissement de 12 millions de dollars dans la modernisation de l'infrastructure écologique créera des possibilités économiques pour les collectivités environnantes et appuiera la création d'emplois écologiques. Les contrats de rendement énergétique sont un bon exemple de la façon dont l'écologisation de notre infrastructure peut produire des retombées économiques pour la communauté, permettre aux Canadiens de réaliser des économies à long terme et nous aider à atteindre nos objectifs liés aux changements climatiques », a souligné le Député



Le commandant et le député ont répondu aux questions des journalistes à la centrale thermique de la Base après la conférence de presse.

\$12 millions for a better energy efficiency

Lac-Saint-Jean MNA Richard Hébert, accompanied by CFB Bagotville Commander Colonel Normand Gagné, announced on July 8, on behalf of the Minister of Defense, a \$ 12 million contract to improve the energy efficiency of CFB Bagotville's infrastructure.

At a press conference held in Bagotville, Richard Hébert, MP and Parliamentary Secretary for Small Business and Export Promotion, said that interventions will be made on some 60 buildings to improve their energy efficiency. This modernization

should ultimately reduce energy costs by \$ 470,000 per year, a savings of 19%.

It is these savings that will finance the completion of the work. Indeed, under this contract, a company is hired to pay and carry out the improvement work and the money saved in energy cost will be used to repay the company over a period ranging from five to fifteen years.

Similar contracts are being developed for Alert, Comox, Borden, Trenton, Shilo, Kingston, Halifax and Gagetown bases. In addition to

Bagotville, projects are underway in Greenwood, Valcartier, Esquimalt and Petawawa.

The energy retrofits in Bagotville will include, among other things, new LED lighting, improved insulation, and energy efficient heating and cooling systems. Johnson Control Canada will be responsible for improvements at CFB Bagotville.

For his part, Colonel Gagné was very pleased with this announcement, which will also improve the working environment for all personnel at CFB Bagotville.

Johnson Controls Canada qui assurera les améliorations à la BFC Bagotville.

Construction de Défense Canada et Services publics et Approvisionnement Canada sont les partenaires du MDN dans l'acquisition des services d'entreprises de services énergétiques

Libéral de Lac-Saint-Jean et secrétaire parlementaire, Richard Hébert.

Pour sa part, le colonel Gagné s'est dit très heureux de cette annonce qui permettra d'améliorer également l'environnement de travail de tout le personnel de la BFC Bagotville.

SURVOL

L'ACTUALITÉ EN



PHOTO : IMAGERIE CPLC PICARD



Journée des camps

La journée des camps Tim Hortons s'est tenue le mercredi 5 juin 2019. Pour une quatrième fois depuis son ouverture, la succursale Tim Hortons de Bagotville tenait une levée de fonds pour venir en aide aux enfants de familles démunies du pays, afin qu'ils puissent participer à un camp d'été Tim Hortons. Cette année encore, les membres du contrôle aérien ainsi que les pompiers ont généreusement donné un coup de main aux employés.



Collecte de sang

La collecte de sang de la BFC Bagotville, organisée par le 25^e C Svc S FC en collaboration avec Héma-Québec le 29 mai, a permis de récolter 106 dons de sang, soit un peu plus que les 98 amassés l'an dernier. Même s'ils n'ont pas atteint l'objectif de 125 donneurs, les organisateurs sont satisfaits de la progression et comptent se reprendre l'an prochain. Merci à la quinzaine de personnes qui ont mis la main à la pâte pour assurer le bon déroulement de cette journée de collecte.



Champions

Le cplc Steeve Picard (à gauche) et le cpl Luis Muxart-Hung (à droite) ont gagné le National de badminton avec l'équipe Québec. Ils ont remporté la médaille d'or. Le tournoi a eu lieu à St-Jean du 12 au 17 mai. Au plan individuel, le cplc Picard a perdu en final dans la catégorie Master simple et a gagné la finale dans la catégorie Master double.

CANEX CENTRE, BLDG. 147 | 3 WING BAGOTVILLE | 418-677-4000 EXT.7537

Ne manquez pas notre

PROMOTION DE LA SEMAINE

en magasin ou
en ligne à **CANEX.CA**

Don't miss out on our

FEATURE OF THE WEEK

In-store and
online at **CANEX.CA**



Procurez-vous la carte UneFC!

Des offres exclusives aux membres de la communauté des FAC, comme des rabais sur les programmes, les points Primes CANEX et bien plus!

CF1FC.ca



Get your CFOne card!

Benefits available exclusively to members of the CAF Community - offering program discounts, savings, CANEX Rewards and more!

CF1FC.ca

CANEX
A division of CFMWS
Une division des SBMFC



**LE MAGASIN MILITAIRE DU CANADA
CANADA'S MILITARY STORE**

PL
PIÈCES D'AUTOS LTÉE
Auto Parts Plus.

1551, boul. St-Paul, Chicoutimi
549-9775
OUVERT DE 8 H À 18 H TOUS LES JOURS EN SEMAINE
ET LE SAMEDI JUSQU'À 12 H.

Pièces d'autos P&L Itée
Pièces et accessoires automobiles
Carrosserie et peinture

153, rue Joseph Gagné Nord, La Baie
544-3346
OUVERT DE 8 H À 17 H TOUS LES JOURS EN SEMAINE
ET LE SAMEDI JUSQU'À 12 H.



Conseils **SANTÉ-SÉCURITÉ**

Le cadenassage, votre sécurité avant tout!

André, 26 ans, est l'opérateur d'une presse à métal. Pour la maintenance, il doit passer sous la presse. Se faisant, il accroche accidentellement, avec son pied, la commande électrique qui actionne la presse. L'énergie de la presse n'avait pas été mise à zéro ...

Il existe autant d'histoires tristes en santé et sécurité que d'accidents de travailleurs tués ou mutilés par des équipements industriels lors de réparation, d'entretien ou de déblocage. Des histoires qui font réfléchir sur la témérité humaine face à des énergies dangereuses qui ne sont pas exclusivement électriques. Plusieurs accidents arrivent quand l'opérateur entre dans la zone dangereuse de la machine.

La BFC Bagotville a développé une directive afin d'implanter dans chaque unité une procédure de cadenassage visant le respect de l'intégrité physique des travailleurs.

Le programme de cadenassage vise à éliminer les risques des travailleurs contre tout mouvement, alimentation, démarrage ou dégagement d'énergie accumulée. De manière simple, son but est d'éviter la mise en marche accidentelle d'une machine lors de travaux spécifiques. Le cadenassage consiste à installer un cadenas à clé unique sur un dispositif mécanique qui isole une source d'énergie dangereuse. Les procédures sont normalisées par des docu-



ments de travail appelés « fiches de cadenassage ».

Comme travailleurs, vous avez le droit d'être protégés lors d'activités professionnelles liées aux machines et équipements. Le cadenassage est votre méthode de contrôle en tout temps. La mise en place du cadenassage est un projet collectif qui nécessite la participation de tous à tous les niveaux.

Le programme de formation sur le cadenassage débute à l'automne 2019. Si votre travail comporte des opérations de production, de maintenance ou de réparation d'équipements, n'hésitez pas à consulter votre OSGU afin de vous inscrire à une des journées de formation.

L'équipe du bureau de sécurité de la base
Courriel : +BSB@BSB@Bagotville



Équité en matière d'emploi

L'équité en matière d'emploi encourage l'établissement de conditions de travail qui éliminent les obstacles, corrigent les désavantages en matière d'emploi et font la promotion du principe voulant que l'équité en matière d'emploi nécessite des mesures spéciales et une adaptation aux différences pour les quatre groupes désignés au Canada qui sont :

- **les femmes;**
- **les Autochtones**, les Indiens, les Inuits et les Métis;
- **les personnes handicapées**, les personnes qui ont une déficience durable ou récurrente affectant leurs capacités physiques, mentales ou sensorielles, leur état psychiatrique ou leur faculté d'apprentissage et qui considèrent qu'elles ont des aptitudes réduites pour exercer un emploi ou qui pensent qu'elles risquent d'être perçues comme ayant des aptitudes réduites par leur employeur ou par d'éventuels employeurs en raison de leur déficience, ainsi que les personnes dont les limitations fonctionnelles liées à leur déficience font l'objet de mesures d'adaptation dans le cadre de leur emploi ou leur milieu de travail;
- **les minorités visibles**, les personnes autres que les Autochtones qui ne sont pas de race blanche ou qui n'ont pas la peau blanche.

La Loi sur l'équité s'applique aux entreprises sous réglementation fédérale, aux sociétés d'État et aux organismes fédéraux qui comptent 100 employés ou plus ainsi qu'aux organismes de la fonction publique fédérale, y compris les Forces canadiennes et la Gendarmerie royale du Canada.

De plus, la Loi veille à ce que les employeurs sous réglementation provinciale visés par le Programme de contrats fédéraux comprennent la Loi et ses mandats afin qu'ils puissent respecter les obligations s'y rattachant.

Horaire des bains été Summer Pool schedule Du 25 juin au 18 août From June 25th to August 18th

Bain libre pour tous / Family swim for all

Mardi/Tuesday:	13 h à 15 h 30	&	18 h 30 à 20 h
Mercredi/Wednesday:	13 h à 15 h 30	&	18 h 30 à 20 h
Jeudi/Thursday:	13 h à 15 h 30	&	18 h 30 à 20 h
Dimanche/Sunday:	13 h à 15 h 30		

Bain longueur Adulte / Adult swim lane

Mercredi/Wednesday:	20 h à 20 h 50
---------------------	----------------



L'équipe PSP vous souhaite bon été
Claire Deschênes, Gestionnaire des Loisirs
Pour info / For info: Comptoir PSL 677-4000 (7980)



Nouveau centre d'entraînement pour les FOA

Les états-majors seront formés à Bagotville

La 2^e Escadre de Bagotville a procédé le 29 mai dernier à l'inauguration officielle du Centre d'entraînement Boyd. Ces installations semi-permanentes serviront à la formation des états-majors des forces opérationnelles aériennes (FOA) pour les différentes missions à venir.

« Avant que nous ayons ces installations, l'équipe de formation du 2^e Escadron d'entraînement expéditionnaire aérien (2EEEA) se déplaçait dans les différentes bases canadiennes pour former sur place l'état-major pour la prochaine FOA. Chaque endroit devait monter un camp temporaire. Cela représentait des coûts importants et il fallait beaucoup de temps pour le faire », explique le lcol Ghislain Leroux, commandant du 2 EEEA.

La construction de ce centre d'entraînement à Bagotville permet donc d'être prêt plus rapidement à former un état-major. Au lieu d'envoyer des

équipements et de créer des structures de formation de toutes pièces chaque fois, les militaires viendront à Bagotville pour être formés.

« Cela permet de réduire les coûts de transport du matériel et aussi d'économiser du temps pour le personnel. Comme nos équipes d'entraînement n'ont plus à déplacer des tonnes d'équipement et à construire des camps à chaque formation, nos membres sont plus efficaces et peuvent répondre plus rapidement aux besoins », ajoute le lcol Rioux.

Il faut dire qu'habituellement, il fallait jusqu'à trois semaines pour mettre en place les systèmes de communication classifiés et les autres équipements. Avec le nouveau centre, les formateurs du 2 EEEA sont prêts à recevoir le personnel en quelques jours à peine.

Chaque FOA est différente, mais il faut en moyenne entre

8 et 14 jours pour former les membres de l'état-major avant le départ. Le centre permet de recevoir jusqu'à 70 personnes, ce qui dépasse largement le nombre normal de membres d'état-major attirés à une FOA.

« La mise en place de ce centre d'entraînement est le fruit des efforts concertés des membres de la 2^e et de la 3^e Escadre. La construction des installations dans le hangar 3 a demandé la collaboration de beaucoup de gens et je tiens à le souligner. C'est un effort global dont je suis très fier », conclut M. Giroux.

Comme il s'agit d'installations semi-permanentes, il sera possible de les déménager lorsque la 2^e Escadre disposera de ses propres bâtiments par exemple.

Mentionnons enfin que le Centre d'entraînement Boyd peut aussi être utilisé comme centre de commandement et état-major lors d'événements importants comme le Spectacle aérien ou lors de catastrophes naturelles touchant la région ou le Québec.



Le commandant de la 2^e Escadre, le colonel Luc Guillette, a présidé l'inauguration du Centre d'entraînement Boyd en présence de représentants de la 3^e Escadre de Bagotville et de la 4^e Escadre de Cold Lake.

ATF Commanding Officer now formed in Bagotville

On May 29, 2 Wing Bagotville officially opened the Boyd Training Center. These semi-permanent installations will be used to train the staffs of the air task forces (ATF) for the various missions to come.

"Before we had these facilities, the training team of 2 Air Expeditionary Training Squadron (2AETS) was moving to different Canadian bases to train on-site staff for the next ATF. Each place had to set up a temporary camp. It was a significant cost and it took a lot of time to do it," said LCol Ghislain Leroux, Commanding Officer of 2AETS.

The construction of this training center in Bagotville therefore makes it possible to be ready more quickly to form a staff. Instead of sending equipment and creating training structures every time, the military will come to Bagotville to be trained.

"This reduces the cost of transporting equipment and also saves staff time. Since our training teams no longer have to move tons of equipment and build camps for each training, our members are more efficient and can respond more quickly to needs," said LCol Rioux.

It usually took up to three

weeks to set up classified communication systems and other equipment. With the new center, 2 AETS trainers are ready to receive staff in just a few days.

Each ATF is different, but it takes an average of 8 to 14 days to train the staff before departure. The center accommodates up to 70 people, which is well in excess of the normal number of staff members assigned to a ATF.

Finally, the Boyd Training Center can also be used as a command center and staff at major events such as the Air Show or during natural disasters affecting the region or Quebec.



Où: Club de Golf Le Grand Portneuf
Quoi: 18 Trous style Shot Gun
Qui: Tous les membres de la Branche Logistique Militaires, civils, actifs, retraités, amis et familles
Coût: 100 \$
Quand: Le mercredi 28 août, arrivée à 06h30, départ à 08h00
Tenue: Civil propre

Date limite d'inscription: le vendredi 9 août 2019

Pour réservation ou information: Slt Bouchard 418-844-5000 poste 4307 ou par courriel à gabrielle.bouchard@forces.gc.ca



PROGRAMME **PLEIN AIR** **ÉTÉ**

Accès à la plage

Endroit	Activité	Prix régulier	Tarification PSL
Camping Jonquière (418) 542-0176	Accès à la plage		
	Adulte	7 \$	Gratuit avec
	Enfant 5 à 14 ans	3 \$	carte PSL
	Famille 2 adultes et 2 enfants	15 \$	OBLIGATOIRE

Randonnée et vélo de montagne

Endroit	Activité	Prix régulier	Tarification PSL
Bec Scie (418) 697-5132	Randonnée pédestre et vélo de montagne 7 km		
	Adulte 18 ans & + :	4 \$	2 \$
	Étudiant 6 – 17 ans :	Gratuit	Gratuit
	Enfant 5 ans & - :	Gratuit	Gratuit

Location d'embarcation

Endroit	Activité	Prix régulier	Tarification PSL
Parc Rivière-du-Moulin (418) 698-3235 ou Rivière-aux-Sables 418-698-3000	Location d'embarcation pour promenade sur la rivière (1 heure) : kayak, canot, pédalo	POUR LES PASSES ANNUELLES Carte Accès Saguenay obligatoire. Disponible dans les bibliothèques de Saguenay. Gratuite pour résidents. NON-RÉSIDENTS : 50 \$ / 2 ans	
	NOUVEAU à RIVIÈRE-AUX-SABLES Planche à pagaie (paddle board)		
	Kayak, canot, pédalo :	10 \$	5 \$
	Passe annuelle Adulte :	35 \$	20 \$
	Passe annuelle Enfant :	25 \$	15 \$

Magasin de sport du Centre récréatif de la Base 418-677-4000 poste 7498	Canots et kayak à votre disposition		
	2 canots et un kayak de plaisance disponibles incluant tout l'équipement de sécurité (vestes, ancre et ensemble d'urgence)		
	Réservation pour la fin de semaine seulement		
	<u>Vous devez avoir votre propre support de transport.</u>		

Loisirs enfants / famille

Endroit	Activité	Prix régulier	Tarification PSL
Savana Centre d'amusement 1756, Desbiens Chicoutimi 418-696-1111	0 à 11 mois :	Gratuit	Gratuit
	12 à 35 mois :	6,90 \$	3 \$
	3 à 14 ans :	13,80 \$	8 \$
	Accompagnateur 15 ans + :	4,60 \$	3 \$
Mille Lieux de la colline 418-698-7000	2 à 8 ans :		5 \$
	9 ans à 13 ans :		3 \$
	Adulte 14 ans et + :		2 \$
Aquafun Hôtel Le Montagnais 418-543-1521	Parc aquatique intérieur		
	Voir les détails au : www.lemontagnais.qc.ca		
	Accès général 3 ans et + :	13 \$	7 \$
Beta Crux Chicoutimi 418-590-7598 370, rue Ste-Anne	Centre d'escalade de blocs		
	13 ans et +	18,40 \$	12 \$
	Étudiant	16,10 \$	8 \$
	12 ans et moins	9,77 \$	4 \$
	Souliers non inclus (www.betacruz.ca)		

Aventuriers et cascadeurs

Endroit	Activité	Prix régulier	Tarification PSL
Saguenay karting Chicoutimi 418-693-3334	Adulte 15 minutes :	33 \$	25 \$
	Enfant 15 ans et – 15 min. :	20 \$	13 \$

Saguenay paintball Chicoutimi 418-693-3334	<u>Mentionnez lors de la réservation</u> Site extérieur : 4 heures de jeu		
	Demi-journée :	36 \$	29,99 \$

Saguenay Mini-golf Extreme SPK Chicoutimi 418-693-3334	<i>Un mini-golf qui se joue dans le noir!</i>		
	16 ans et +	12,50 \$	6 \$
	15 ans et -	8,50 \$	4 \$

Laser tag 418-693-3334	Partie de 15 minutes 7 ans et plus	9,20 \$	5 \$
---------------------------	---------------------------------------	---------	------

Réalité virtuelle 418-693-3334	Simulateur de vol, de drift, de montagne russe et d'horreur. 7 ans et plus	4,60 \$	2 \$
-----------------------------------	---	---------	------

Parc aventure, Cap-Jaseux 418-674-9114 1-888-674-9114	Fjord en arbre Circuit junior / adulte		
	Adulte 18 ans & + (1m80) :	49,44 \$	37 \$
	Junior 8 - 17 ans (1m80) :	41,68 \$	26,66 \$
	Parcours jaune pour les enfant 8 ans & + (1m40) :	22,42 \$	12 \$

Parc Aventure, Cap Jaseux 418-674-9114 1-888-674-9114	Fjord en arbre extrême	Retour en tyrolienne non inclus Supplément de 14,52 \$	
	Adulte 18 ans & + :	57,20 \$	47 \$
	Junior 12 - 17 ans (1m80) :	48,58 \$	36 \$

Parc Aventure, Cap Jaseux 418-674-9114 1-888-674-9114	Via Ferrata		
	Adulte 18 ans & + :	49,44 \$	36 \$
	Junior 8 - 17 ans :	41,68 \$	26 \$
	Min.1m50, entre 100 et 220 lbs		

La Martingale St-Honoré (418) 673-3956	Équitation		
	1 heure :	25 \$	16 \$

Golf

Endroit	Activité	Prix régulier	Tarification PSL
Club de golf Le Ricochet Par 3: 418-693-8221	Par 3 (petit terrain éclairé) :	12,50 \$	6 \$
	Par 4 (gros terrain)		
	Tous les jours sauf jours fériés :	24,50 \$	18 \$
	Par 4 — jours fériés :	24,50 \$	24,50 \$
	(Payable sur place les jours fériés)		
	Champs de pratique :	9,50 \$	8,25 \$
Par 4 : 418-693-8012	Mini-Putt :	7 \$	3 \$

Le plan PSL ne peut être combiné à d'autres promotion du Club Le Ricochet, ne demandez pas inutilement

Activités culturelles et touristiques

Endroit	Activité	Prix régulier	Tarification PSL
La Fabuleuse histoire d'un Royaume	Appeler au 418-698-4080 Pour réserver en mentionnant que vous êtes membre de BFC Bagotville. CHAQUE MEMBRE DOIT SE PRÉSENTER AU GUICHET DU THÉÂTRE AVEC SA CARTE PSL.	59,75 \$	47,75 \$
		PAYABLE SUR RÉSERVATION PAR CARTE DE CRÉDIT	
Zoo de Falardeau 296, Rang 2 418-673-4602	www.zoodefalardeau.com Accès et visite guidée		
	14 ans et + :	20 \$	17 \$
	2 à 13 ans :	12 \$	7 \$
	Moins de 2 ans :	Gratuit	Gratuit
Zoo de St-Félicien 418-679-0543 1-800-667-5687	Adulte :	48 \$	38 \$
	Étudiant 15 ans & + :	41,50 \$	32 \$
	Enfant 6 à 14 ans :	34,50 \$	23,99 \$
	Enfant 3 à 5 ans :	21 \$	11 \$
Trou de la fée Desbiens 418-346-1242	Caverne, Parc & Tyrolienne	À venir	
Village fantôme Val-Jalbert 418-275-3132	Visite du site		
	Adulte 17 ans & + :	35 \$	23,99 \$
	Enfant 6 à 16 ans :	17 \$	9,99 \$
	Enfant 5 ans et moins :	Gratuit	Gratuit
Musée du Fjord La Baie 418-697-5077	Téléphérique inclus		
	Adulte 18 ans & + :	16 \$	9 \$
	Étudiant 6 ans & + :	9 \$	4 \$
	Enfant 5 ans et moins :	Gratuit	Gratuit
Musée de la Défense aérienne de Bagotville 418-677-7159	Accès à toutes les expositions (tablette électronique incluse), comprend aussi la visite de la base. L'accès au musée est GRATUIT pour les militaires et leur famille immédiate sur présentation de la CARTE PSL	Gratuit pour les militaires et leur famille immédiate. Les employés civils et FNP ont accès gratuitement, mais le conjoint (15 \$) et les enfants (9 \$) doivent payer.	
La Pulperie Chicoutimi (418) 698-3100	Adulte 18 ans & + :	17,25 \$	9,99 \$
	Étudiant 18 ans & + :	13 \$	7 \$
	Enfant 5 à 17 ans :	7 \$	5 \$
Musée de la petite maison blanche 418-549-6600	20 % de RABAIS DIRECTEMENT AU GUICHET AVEC CARTE PSL	Prix avec rabais	
	Adulte: 5 à 12 ans: Forfait 2 adultes et 2 enfants:	6,88 \$ 4,59 \$ 19,53 \$	

Autres avantages pour les membres
(Rabais offerts directement auprès du partenaire)

Partenaire	Description	Rabais
Beta Crux, Chicoutimi 418-590-7598 370 rue Sainte-Anne, Chicoutimi, Québec	Centre d'escalade de bloc Rabais à l'achat d'une passe mensuelle ou annuelle www.betacrux.ca	15 %
CIAR, Lac à la Croix 281 rue Saint-Louis Lac-à-la Croix 418-349-3633	Centre d'interprétation de l'agriculture et de la ruralité Petite ferme, potager, verger, balade en chariot dans le village, labyrinthe de maïs (www.ciar-lacalacroix.com)	10 %
Ferme 5 Étoiles, Sacré-Cœur 465 Route 172 W 1-877-236-4551	Kayak de mer, Visite du refuge des animaux sauvages, Randonnée à cheval, etc...	15 %
Centre Multi-forme d'Arvida 2748 De Lasalle Arvida 418-699-6182	Centre de conditionnement physique Sur le forfait à volonté : la salle d'entraînement et cours sur la grille-horaire inclus (Zumba, spinning, mise en forme, boxe, Cross fit, Pilates, cardio-pilates, yoga etc)	15 %
Massothérapie, Mélanie Thériault Place Centre-Ville Jonquière 418-817-7544	Massage suédois, Détente, Thérapeutique, Sportif, Femme enceinte, Enfant Reçu pour assurances Ne peut être jumelé à toute autre promotion	10 %
Sylouette Pilates & Massothérapie Sylvie Ouellette 418-290-2700	Appelez pour connaître la programmation et réservez votre place! Ne peut être jumelé à toute autre promotion	Pilates 10 % Massothérapie 5 %
La Maison Pilates Chicoutimi Guy Bouchard 418-693-5180	Zumba Pilates,, Pilabox, Pilabar Appelez pour connaître la programmation et réservez votre place Ne peut être jumelé à toute autre promotion	10 %
Lavanya Yoga 361 rue Albert , La Baie Louise Boudreault 418-944-9644	Session complète (15 semaines) Yoga tous les niveaux Ne peut être jumelé à une autre promotion	10 % Fermé cet été Retour en septembre
Yuzu sushi, Chicoutimi 1446 Blv Talbot 418-543-5522	Rabais sur certaines variétés de sushi en tout temps. Appeler pour connaître les détails	À déterminer lors de l'appel

Partenaire	Description	Rabais
Cinéma Odyssée Place du Royaume Chicoutimi 418-543-0055	Représentation anglaise les jeudis soirs et dimanches après-midi. Prix au guichet du cinéma Odyssée: 8\$ Adulte 5\$ Enfant Ajouter 3\$ pour les films en 3D Adulte: Retour de contribution de 3 \$ au comptoir PSL	Apportez votre billet de cinéma au comptoir PSL et recevez un retour de contribution.
	Représentation française tous les mardis Prix au guichet du cinéma Odyssée: 6,50\$ Adulte 6,50\$ Enfant Ajouter 3\$ pour les films en 3D Tous: Retour de contribution de 1,50\$ au PSL https://voir.ca/horaire-cinema/salle/odysee-chicoutimi	

Partenaire	Description	Rabais
MAJO Sport Studio à Chicoutimi et à Jonquière 418-557-2209	Grande variété de cours Achetez une banque de séances et utilisez-les à votre convenance. Créez un profil en ligne au: www.majosport.com Utilisez le code promo : Bagot-18 lors du paiement et obtenez votre rabais.	10 % directement sur le site Internet

Partenaire	Description	Rabais
Camping St-Félix D'Otis 400 Sentier Saint-Hilaire 418-697-1617	Location de chalet Prix régulier : 195 \$ +txs / nuitée Réservation par téléphone seulement Les chalets 2 chambres à coucher, et le canapé-lit au salon. Quatre saisons, 6 personnes maxi- mum, avec plage privée. http://campingstfelixdotis.com/	Rabais de 20 \$ par nuitée (Revient à 175 \$ +txs par nuitée)

Partenaire	Description	Rabais
Croisière Neptune Billetteries: Grandes-Bergeronnes 418-232-6716 Les Escoumins 418-233-4343 Réservation sans frais: 1-877-763-7886	ZODIACS ÉCOLOGIQUES AUX BALEINES Bateaux munis de fenêtres rétracta- bles, moteurs silencieux, consommant moins de carburant et moins polluants. www.croisièresneptune.net ou notre page Facebook Croisières Neptune	10 % Valide pour tous les membres des FAC et leur famille immédiate.

Partenaire	Description	Rabais
Massothérapie Christine Côté 1902 rue Jacques Chevrier Alouette 418-290-9252	Massothérapeute agréée F.Q.M Reçu pour les assurances disponible Massages de 30, 45, 60, 90 et 120 minutes adaptés à vos besoins de détente et spécifiques. Massage Suédois, Californien, Lomi Lomi, Ventouses www.massagechristine.com	10 %

Remboursement sur les passes saisonnières

- **Droit d'accès aux sentiers de VTT autorisés:** Un remboursement de 10 % est offert. Voir Frédéric Pilote le mardi entre 8 h et 11 h au 2e étage de l'auditorium du Centre récréatif (poste 7563)
- **Passes saisonnières diverses:** Des rabais sont offerts pour différents abonnements saisonniers, même s'ils ne sont pas inscrits au Programme plein air. Les rabais varient d'un endroit à l'autre selon les ententes (jusqu'à 10 %). Les demandes sont évaluées au cas par cas. (*Les abonnements à une ligue, à un centre de conditionnement physique ou à un cours ou une activités municipale, de même que les terrains de camping ne sont pas acceptés.*)
Pour information: Claire Deschênes, poste 7581

Partenaire	Description	Rabais
Navettes maritimes du Fjord Réservez au 418-697-5053	Valide pour le bateau La Marjolaine seulement Pour réserver votre départ appelez au 418-543-7630 Mentionner que vous êtes de la BFC Bagotville et que chaque personne possède sa carte PSL. Vous devez avoir votre carte de crédit pour le paiement. www.navettesdufjord.com	10 %

Partenaire	Description	Rabais
Musée La petite Maison Blanche, Chicoutimi 418-549-6600	20 % de RABAIS DIRECTEMENT AU GUICHET AVEC CARTE PSL Visitez cette fameuse demeure qui a résisté à l'une des pires catastrophes naturelles au Canada! Du plaisir garanti pour toute la famille! Exposition sur 3 étages. Jeux pour les jeunes. Boutique souvenirs. Film au troisième plancher. 5 maquettes uni- ques. Audio-guides. Personnages ro- botisés. Collection unique de photos. petitemaisonblanche.com	Prix après rabais Adulte 5,99 \$ Enfants 3,99 \$ Famille 2/2 16,99 \$ Plus taxes

Partenaire	Description	Rabais
Magasin Général Chicoutimi Situé juste en face de la Petite Maison Blanche 418-815-8460	Décor inspirés des années 1900 Souvenirs et produits régionaux. La crèmerie « La Fabrique de glace » La pâtisserie « Le Rondin doré » www.petitemaisonblanche.com	15 % sur les produits de la crème- rie et de la pâtisserie

N = NOUVEAUTÉ 2019

*The English version of this Summer Activity
Program is available at the Sport and
Recreation Counter or on Intranet Board*

Quelques règles importantes

**Pour profiter des activités du Programme plein air, vous devez
posséder une carte Plan Sports & Loisirs (carte magnétique)
pour chaque billet acheté.**

Billets en vente

du lundi au vendredi de 10 h 15 à 21 h
les samedi et dimanche de 9 h à 16 h

N.B. Aucun remboursement de billet ne sera accordé.

**Le programme s'adresse aux militaires et aux employés civils de la base de
Bagotville ainsi qu'à leur famille immédiate seulement.**

**Chaque personne possédant un billet du programme
quel que soit son âge doit présenter sa carte PSL magnétique, à chaque
activité offerte dans le cadre du Programme plein air.**

**Veuillez prendre note que les activités offertes ne
s'appliquent pas aux journées d'activités et/ou familiales d'unité.**

Pour plus d'information :

-Coordonnatrice des Loisirs : Mme Claire Deschênes, au poste 7581,

Au tableau d'honneur

PROMOTIONS



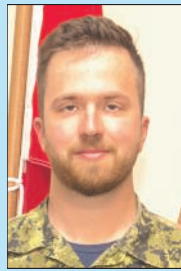
Cplc Bryce



Cpl Roy



Sgt Breton



Cpl Ménard



Cpl Bergsma



Cpl Bergeron



Cpl Robitaille



Capt McCormick



Cpl Côté



Adj Desrosiers



Cplc Favreau



Cplc Lenteigne



Cplc Leblanc



Cplc Gauthier



Cplc Beizing



Sgt Alexi-Robitaille



Cplc Larouche



Cplc Lachapelle



Sgt Houde



Sgt Bergeron



Cplc Harvey



Cplc Munger



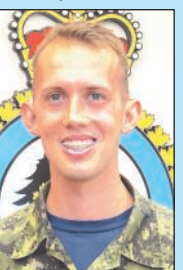
Capt Lavoie



Cplc Pepin-Leclerc



Slt Orchard-Mullin



Slt Enders



Cplc Provencher



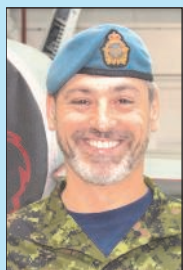
Cpl Martin



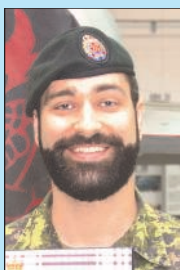
Cplc Vézina



Cplc Shieman-Newton



Cplc Jean



Adj Malenfant

MÉDAILLES ET AUTRES HONNEURS



Capt Argoselo
MSS



Capt Brosseau
MSS



Capt McDuff
MSS



Capt Lockhard
MSS



Capt Hogg
MSS



Capt Neilson
MSS



Cplc Maltais
MSS



Cplc Comtois
MSS



Maj Chadwick
MSS



Cplc Tessier
MSS



Capt Caron
MSGE



Cpl Sebsbie
MSS



Adjum Germain
CD2



Sgt Bergeron
CD2



Cplc Lamothe
CD2



Lcol Eddmonstone
CD1



Adj Rlvard
CD1



Adj Smith
CD1



Adjum Martin
CD1



Adjum Thivierge
CD1



Adj Bouchard
CD1



Capt Carle
CD1



Adj Bonin
CD1



Cpl Boudreault-
Tremblay
MSS

juillet — août

Pour plus d'information contacter le CRFM au 418-677-7468
For more information contact MFRC at 418-677-7468

Dim	lun	mar	mer	jeu	ven	sam
Bon été !				11 Teen Town : Sports PSP	12 Teen Town : activités libres	13 Activité Découvre ta région: Jonquière en musique Teen Town : piscine au parc Rosaire-Gauthier (12 h 30 à 16 h)
14	15	16 Teen Town : tournoi de Dance Dance Revolution	17 Teen Town : activités libres	18 Teen Town : Journée inter- nationale Nelson Mandela	19 Teen Town : activités libres	20 Période de répit (12 h à 16 h) Teen Town : soirée film
21	22	23 Teen Town : soirée « On jase » pour les gars	24 Teen Town : soirée Monopoly	25 Teen Town : Expo agricole de Chicoutimi	26 Teen Town : activités libres	27 Teen Town : activités libres
28	29	30 Teen Town : Journée inter- nationale de l'amitié	31 Teen Town : activités libres	1 ^{er} août Teen Town : activités libres	2 Teen Town : Fête des saveurs et trouvailles	3 Teen Town : activités libres Période de répit (12 h à 16 h) Activité Découvre ta région: randonnée au Bec-Scie et sortie à la Cantine Boivin
4	5 DÉBUT DES INSCRIP- TIONS pour les ateliers préscolaires et la garde scolaire 2019-2020	6 Teen Town : cupcakes	7 Teen Town : activités libres	8 Teen Town : Festival international des Rythmes du Monde	9 Teen Town : soirée sans écran	10 Teen Town : activités libres

Code de couleurs : Teen Town * Soutien à la séparation et à la réunion des familles * Développement enfance, famille et jeunesse * Programme De tout repos * Secteur prévention, soutien et intervention * Organisation et intégration communautaire

RETENEZ CETTE DATE !

FÊTE DE BIENVENUE

du CRFM de Bagotville | Gratuit !

JEUDI 22 AOÛT 2019 14 H À 18 H 30

Stationnement du centre communautaire (CRFM)
* En cas de pluie, le tout se déroulera à l'intérieur du centre.

Aucune inscription n'est requise.

Présentez-vous simplement le jour même.

Envie de vous impliquer socialement lors de cette journée? Pour devenir bénévole, composez le 418 677-7468.



SAVE THE DATE!

Free ! | Bagotville MFRC WELCOME PARTY

THURSDAY, AUGUST 22, 2019
2 TO 6:30 P.M.

Community Centre (MFRC) Parking Lot
* In case of rain, it will take place inside the centre.

No registration required.

Just show up on that day.

Want to get involved socially during the event? To volunteer, call 418-677-7468.

Plus de renseignements sont à venir! Further information coming!

Surveillez | Keep an eye on:

CRFM Bagotville MFRC

www.crfmbagotville.com



Numéros importants — Important phone numbers

CRFM Bagotville MFRC
1775, Lucien-Lecompte,
C.P. 280 Alouette, QC G0V 1A0
info@crfmbagotville.com

Téléphone - 418-677-7468
Télécopieur - 418-677-4468
Sans-frais - 1-800-866-4546
Halte-Répit - 418-677-4000 p. 7676

Teen Town - 418-677-4000 poste 7510
Service de santé - 418-677-7782
Centre de soutien au déploiement / Deployment
Support Centre - 1-877-844-5607 option 3

Ligne Info-famille/ Family Information Line
1-800-866-4546
Programme d'aide aux membres / Member Assistance
Program - 1-800-268-7708
Info-Santé et Info-social - 811



Government
of Canada

Gouvernement
du Canada

VETERAN FAMILY PROGRAM

For Medically Releasing CAF Members, Medically Released Veterans and their Families



LE PROGRAMME POUR LES FAMILLES DES VÉTÉRANS

Pour les membres des FAC en voie de libération pour des raisons médicales, les vétérans libérés pour des raisons médicales et leur famille

The Veteran Family Program supports medically releasing Canadian Armed Forces members, medically released Veterans and families. If you are transitioning visit your local Military Family Resource Centre, **CAFconnection.ca**, or call the Family Information Line at **1-800-866-4546**.

Ce programme appuie les militaires en voie de libération pour des raisons médicales, les vétérans libérés pour des raisons médicales et leur famille. Si vous êtes en transition, visitez **ConnexionFAC.ca** ou votre centre de ressources pour les familles des militaires, ou appelez la Ligne d'information pour les familles au **1-800-866-4546**



Health Promotion in the Canadian Forces
**STRENGTHENING
THE FORCES**
Promotion de la santé dans les Forces canadiennes

Bât 71, bureau B.013
Poste 7102
promosante@forcesg.c.ca

**Que faire
cet été?**

Saisissez.. votre chance de développer des outils
Choisissez.. Une formation, une présentation, un livre
Valorisez.. Vos compétences personnelles
Bénéficiez.. d'un accompagnement personnalisé

**Formez un groupe de
6 personnes ou plus et
demandez une formation:**

Gestion du stress
Sensibilisation au suicide
Communication
Techniques de relaxation

Lecture des étiquettes
Manger santé au restaurant
Nutrition 101
Nutrition Sportive

Écrasez-là
Drogues, alcool et jeu
Serveur d'alcool
Toxicomanies 101

Prévention des
blessures sportives

**Invitez-nous pour une lecture
sur le sujet de votre choix:**

- ☺ Résilience
- ☺ Principes-clés de la nutrition sportive
- ☺ Le nouveau Guide alimentaire canadien
- ☺ Cannabis et santé
- ☺ Mythes et réalités sur le suicide
- ☺ Conciliation travail-vie personnelle
- ☺ Etc.

**Venez emprunter un livre
pour vos vacances!**

Quelques propositions :

- 📖 À l'épicerie sans stress
- 📖 Du plein air j'en mange
- 📖 Découvrez...le bonheur au boulot!
- 📖 Vaincre les ennemis du sommeil
- 📖 Pensouillard le hamster
- 📖 Yoga sur chaise