

le **VORTEX** de Bagotville



Volume 14 Numéro 5

LE JOURNAL DE LA BASE DES FORCES CANADIENNES DE BAGOTVILLE

MAI 2019

Aide aux victimes des inondations

Les militaires de Bagotville participent aux opérations

page 3

Les militaires de Bagotville en vedette au musée cet été... page 5

Une nouvelle stratégie pour une meilleure condition physique... page 6

Les ingénieurs de Bagotville champions de la coupe Beaver... page 11

nokian TYRES

Jusqu'à
70\$
de remise
sur une carte prépayée.

Du 15 mars au 1^{er} juin 2019.
À l'achat d'un ensemble de 4 pneus sélectionnés.
Tous les détails en succursale.

fr.nokiantires.com

f t i y /NokianTyresNA

Possibilité de financement
en collaboration avec
CANEX

C'EST UN PARCOURS EXCEPTIONNEL

V PNEUS+
MÉCANIQUE

Garage
Jean-Pierre Tremblay

La Baie 2460, rue Bagot 418-544-4455	Chicoutimi 1737 boul. Talbot 418-545-4455
---	--

Pédaler et courir pendant sept heures

Un défi en hommage à Thierry Leroux

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: 13 juin 2019
Date de tombée pour la prochaine édition:
Mardi 4 juin

Le sgt Réjean Martel, membre de l'Escadron 439, s'est donné pour défi de courir et de pédaler dans le but d'appuyer la fondation Thierry Leroux.

Cette fondation a pour objectif principal de promouvoir et d'améliorer les conditions de vies des jeunes de 4 à 25 ans de la MRC de la Vallée-de-l'Or et du Lac Simon où travaillait le policier Thierry Leroux avant d'être atteint mortellement par une balle en février 2016.

Tous les membres de la BFC Bagotville sont invités à appuyer le sgt Martel de 8 h à 15 h au hangar 3 de l'Escadron 439, le mercredi 15 mai prochain. Il tentera de courir et de pédaler en alternance, par des périodes d'une heure, durant les sept heures de son défi.



Le policier Thierry Leroux est décédé en service au Lac Simon en 2016. Une fondation porte maintenant son nom afin de venir en aide aux jeunes de cette région.

Des tapis roulants et des vélos stationnaires seront installés sur place afin de permettre aux plus courageux de l'accompagner tout au long de la journée. Des feuilles seront disponibles sur place afin de permettre à ceux qui le désirent de réserver une plage horaire.

La totalité des fonds recueillis sera versée à la Fondation

Thierry Leroux et servira principalement pour la randonnée de vélo qui aura lieu du 21 au 24 août prochain.

Le départ de ce trajet de 630 km s'effectuera de Nico-

let, ce qui représente l'endroit où Thierry Leroux a commencé sa carrière de policier, pour se terminer au lieu même où elle a tragiquement pris fin, soit au lac Simon de Val-d'Or.

1er
au QUÉBEC
nombre de ventes

C'est grâce à la
confiance que vous
nous avez portée en
2018 que notre équipe
a su se démarquer



A Challenge to support Thierry Leroux Fondation

Sgt Martel has given himself the challenge to run and cycle to collect donations for the Thierry Leroux foundation.

Come to 439 Squadron, Hangar 3, on Wednesday, May 15th 2019, to cheer on Sgt Réjean Martel as he attempts to run and cycle continuously, alternating from one another every hour from 08:00 until 15:00.

Treadmills and stationary bikes will be available for

those courageous ones who would like to accompany him for a while. Registration sheet will be available on site to reserve a spot on the schedule according to your availabilities.

All proceeds will be donated to the Thierry Leroux Foundation and will mostly be used for the "Randonnée du Souvenir Thierry-Leroux", a 630 km ride from Nicolet, Qc on August 21, 2019, where Thierry Leroux began his career as a police officer

and will end in Lac Simon de Val-d'Or, Qc, on August 24th, 2019, where he tragically lost his life.

Mr. Michel Leroux, father and board member of the foundation, and Col (hon.) Dominic Chagnon, Honorary Colonel of 439 Squadron and firefighter, will be on-site to give out information on this cause.

You can call extension 4114 to reserve a spot on a treadmill of stationary bike.

Inondations dans l'est du Canada

Les militaires de Bagotville en renfort

Trois équipes de militaires de la 2^e Escadre expéditionnaire (2^e Ere) et une de l'Escadron 439 (3^e Ere) ont été déployées le 20 avril afin d'apporter du soutien aérien aux sinistrés des inondations durement touchés par la crue des eaux.

Chacune des trois équipes de la 2^e Ere a été affectée en soutien à la Force opérationnelle interarmées de chacune des provinces touchées, soit d'abord le Nouveau-Brunswick, ensuite le Québec et enfin l'Ontario. Leur travail sur les lieux consistait à aider les autorités civiles à évaluer leurs besoins et coordonner les opérations aériennes requises comme les vols de reconnaissance, médiatiques, d'experts et de représentants

des autorités civiles, ainsi que le transport de troupes ou de matériel.

« Les équipes sont en charge de coordonner les vols de Griffon, les vols de Hercules, les vols de reconnaissance dans les lieux qui sont affectés. On donne un aperçu aux troupes au sol de la situation vue des airs pour qu'elles prennent action selon ce qu'on a détecté dans les airs », explique le commandant de la 2^e Escadre, le colonel Luc Guillette.

Pour sa part l'Escadron 439 est spécialisé en recherche et sauvetage. « On a un hélicoptère muni d'un treuil et notre mandat premier est d'être présents s'il fallait évacuer des

gens qui n'ont peut-être pas eu la chance de quitter leur maison avant les inondations », explique le major Steve Siket, commandant de l'Escadron 439. Deux équipages de l'escadron se sont succédé du 21 avril au 3 mai pour assister les autorités civiles.

Efforts nationaux concertés

L'opération LENTUS constitue la réponse des Forces armées canadiennes (FAC) aux catastrophes naturelles au Canada. Plus de 2 000 membres des FAC ont été déployés dans les trois provinces pour soutenir les efforts d'atténuation des inondations et pour assurer la sécurité des citoyens par le moyen de vérification de bien-être et d'évacuation.

Plus de 2 200 personnes ont été évacuées en Ontario. Au Québec, on parle de près de 11 000 personnes. « La priorité absolue du gouvernement du Canada est d'aider les personnes touchées par les inondations et d'assurer la sécurité du public. » nous assure M. Ralph Goodale, le ministre de la Sécurité publique et de la Protection civile.

Avec la stabilisation du niveau des rivières dans plusieurs régions, les Forces armées cana-



PHOTO : CAMÉRA DE COMBAT

Les inondations qui se sont produites au Québec au cours du dernier mois ont forcé l'évacuation de plus de 11 000 personnes. Ici, un survol de la région de Rigaud sur la rivière des Outaouais.

diennes du Québec ont constaté une réduction significative du nombre de tâches en lien avec leur mandat actuel et, en coordination avec les autorités provinciales, elles sont en train de reconfigurer l'implication des militaires sur le terrain dans certains secteurs

ployés au préalable. En Ontario, la situation est sous observation et une diminution des capacités est prévue prochainement en fonction des besoins.

Rappelons que la 2^e Escadre est le bras expéditionnaire de l'Aviation royale canadienne



© Sébastien Durand

Un hélicoptère Griffon de l'Escadron 439 a été dépêché dans les zones touchées pour assurer le soutien en recherche et sauvetage.



PHOTO : CAMÉRA DE COMBAT

Les membres de la 2^e Escadre déployés au Québec, en Ontario et au Nouveau-Brunswick ont pour rôle de coordonner l'ensemble des opérations aériennes dans les zones touchées par les inondations.

pour s'adapter aux changements tout en demeurant prêts à intervenir si des tâches critiques sont identifiées par leurs partenaires.

Les FAC au Nouveau-Brunswick ont fait la même démarche. Seulement 30 soldats demeurent sur le terrain dans le sud de la province comparativement aux 450 dé-

et que l'un de ses rôles est de soutenir les opérations domestiques au Canada en cas de catastrophe. Comme c'est le cas ce printemps avec les inondations dans l'est du pays ou lors des importants feux de forêt en Colombie-Britannique l'an dernier, la 2^e Ere est toujours prête à réagir en cas de demande de soutien aérien.

Teams from Bagotville in support to flood victims

Three military teams from 2 Wing Expeditionary and one from 439 Squadron (3 Wing) were deployed on April 20th to provide air support to Canadians hit by the flood.

Each of the three teams from 2 Wing was assigned to support Joint Task Force of each of the affected provinces, first, New Brunswick, then Quebec, and finally Ontario. Their on-site work included assisting civilian authorities in assessing their needs and coordinating required air opera-

tions such as reconnaissance, media, expert and civilian authority flights, as well as troop or equipment transport.

For its part, 439 Squadron is specialized in search and rescue. Two crews of the squadron succeeded each other from April 21st to May 3rd to assist the civil authorities.

Operation LENTUS is the Canadian Armed Forces (CAF) response to natural disasters in Canada. More than 2,000 CAF members have been deployed in all three provinces to support

flood mitigation efforts and ensure citizen safety through well-being and evacuation checks.

Remember that 2 Wing is the expeditionary arm of the Royal Canadian Air Force and one of its roles is to support domestic operations in Canada in the event of a disaster. As is the case this spring with the floods in the east of the country or during the big forest fires in British Columbia last year, the 2 Wing is always ready to react to any request for air support.

UN **Mot** du **COMMANDANT**

Adieu 2^e Escadre, adieu Bagotville

À mon arrivée à la 2^e Escadre en 2017, j'étais très motivé par le défi de commander l'escadre expéditionnaire de l'ARC tout en ayant du personnel en poste dans trois provinces, sans compter les multiples déploiements pour appuyer les exercices et les missions des FAC dans le monde entier. Nous allions être occupés. Ainsi, j'ai établi mes priorités comme suit :



Les gens et les familles — Étant père moi-même, j'ai toujours reconnu l'importance et le besoin de la famille et des amis en tant que réseau de soutien. La 2^e Escadre est composée d'un groupe très soudé de personnes, ainsi que leurs familles, que j'ai eu le grand plaisir de connaître.

Le travail d'équipe — Le travail d'équipe est difficile à réaliser dans les meilleures des conditions; pourtant, les membres de la 2^e Escadre l'ont fait spontanément, encore et encore, à mesure que de nouvelles équipes se formaient et se reformaient selon la mission. Je vous lève mon chapeau.

Par **col Luc Guillette**
Commandant de la
2^e Escadre de Bagotville

Les opérations — Les deux dernières années se sont écoulées à une vitesse éclair, excitantes et riches en succès opérationnels. La 2^e Escadre est un catalyseur remarquable pour l'ARC, capable de mener à bien des missions hautement prioritaires. Nous avons coordonné des opérations aériennes au pays après des catastrophes naturelles afin de fournir une aide humanitaire lors d'inondations et d'incendies de forêt (Op LENTUS), et à l'étranger après des tsunamis et des ouragans (Op RENAISSANCE). Nous avons soutenu l'OTAN en Roumanie (Op RÉASSURANCE) et l'ONU en Afrique (Op PRÉSENCE). La 2^e Escadre s'est déployée en tant que Force opérationnelle aérienne pour la première fois lors du G7 (Op CADENCE).

De plus, la majorité des FOA participant à ces missions ont été préparées au moyen d'un entraînement collectif (EC) dispensé par la 2^e Escadre. Pour optimiser davantage cet EC, le nouveau Centre d'entraînement Boyd à Bagotville accueillera toutes les séries à partir de mai. Ceci aurait été impossible sans le dévouement, le professionnalisme et l'expertise de chacun de nos membres.

Merci aux membres de la 2^e Escadre et de la 3^e Escadre / BFC Bagotville pour votre soutien à nos réalisations collectives et pour les bons moments. Je garde un bon souvenir de nos aventures et des gens formidables que j'ai rencontrés.

So long 2 Wing, Farewell Bagotville

When I arrived at 2 Wing in 2017, I was quite motivated with the challenge of commanding the RCAF Expeditionary Wing while having personnel spanning in three different provinces, notwithstanding the multiple deployments to support CAF exercises and missions across the globe. We were going to be busy. Thus I established my strategic priorities as follows:

People and Families — A father myself, I always recognised the importance and need of family and friends as a support net and network. 2 Wing is composed of a tight-knitted group of people that I have had the great pleasure of getting to know, along with their families.

Teamwork — Teamwork is difficult to achieve in the best of circumstances; yet 2 Wing members did it spontaneously, over and over again as new teams formed and reformed according to the mission. I tip my hat to you all.

Operations — The last two years have gone by lightning fast, exciting and packed with operational successes. 2 Wing is a remarkable enabler for the RCAF, readily postured to achieve high priority missions. We have coordinated air operations at home after natural disasters during floods and forest fires (Op LENTUS), and abroad after tsunamis and hurricanes (Op RENAISSANCE). We have supported NATO in Romania (Op REASSURANCE) and the UN in Africa (Op PRESENCE). 2 Wing has deployed as an Air Task Force for the first time during the G7 (Op CADENCE).

Additionally, the majority of the ATF on those missions were prepared through collective training (CT) provided by 2 Wing. To further optimize this CT, the newly built Boyd Training Center in Bagotville will host all the serials as of May. This could not have been done without the dedication, professionalism and expertise of every one of our members.

Thank you 2 Wing members and 3 Wing/CFB Bagotville for your support to our collective accomplishments and shared moments. I have fond memories of our adventures and the wonderful people I met.

MAISON À VENDRE



**DIRECTEMENT DU
PROPRIÉTAIRE**

956, boul.Saguenay — Chicoutimi 155 000 \$
Trois chambres à coucher au rez-de-chaussée.
Très lumineuses. Belle grand salle familiale au
sous-sol. Deux salles de bain complètes. Grande
remise. Très bien entretenue. Vue sur le Saguenay.
Libre rapidement.

Contactez
Marie-Chantale Folly au 418-590-3111



la collecte

blood donor clinic

BFC Bagotville / CFB Bagotville



En collaboration avec
le 25^e Centre des Services de Santé

In collaboration with
the 25th Health Services Center

La fierté d'avoir donné !
Proud to be a blood donor !

Colonel honoraire / Honorary Colonel
Luc Vandal

Mercredi 29 mai
10 h à 15 h 30
Wednesday May 29th
10 : 00 to 15 : 30

CRFM / MFRC
Military Base Bagotville

GIVE BLOOD. GIVE LIFE.
DONNEZ DU SANG. DONNEZ LA VIE.



1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553
1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553
1 866 2773553 **1 866 APPELLE** 1 866 2773553
1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553
1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553

ça soulage!

Des militaires de Bagotville en vedette cet été

Les activités de la haute saison touristique du musée de la Défense aérienne commenceront le 8 juin prochain.

La grande nouveauté de la saison 2019 est l'exposition *Face à face*. Depuis le début du XXI^e siècle, les Forces armées canadiennes ont été impliquées dans plusieurs opérations à travers le monde. Que ce soit sur terre, mer ou air, les militaires se sont engagés pour accomplir différentes tâches. Toutefois, en dehors de leur travail lié aux opérations quotidiennes, certains d'entre eux ont parcouru

les villes, rencontré des gens du pays et recueilli divers souvenirs.

De l'Afghanistan jusqu'à Charlevoix, en passant par la Libye et l'Irak, l'exposition *Face à face* relate l'histoire d'opérations dans laquelle vous pourrez découvrir la dure réalité de la guerre, les nombreux défis à surmonter lors de tragédies et la beauté de l'entraide humaine. Cette nouvelle exposition a été réalisée par l'équipe du musée de Bagotville.

En plus de cette nouveauté,

les visiteurs pourront voir ou revoir l'exposition *Maîtres du ciel* retraçant les divers aspects historiques de l'aviation militaire canadienne de même que l'exposition multimédia *État d'alerte* dans le parc d'aéronefs durant laquelle les visiteurs peuvent découvrir différents sujets par le biais de bornes de réalité augmentée.

Le musée offre toujours la populaire visite des installations de la Base de Bagotville et donne la chance aux gens de prendre place à bord du CF-18 dans le parc. Une occasion unique pour connaître certains secrets de cet avion de chasse.

Les guides du musée seront présents pour vous accueillir tous les jours de 9 h à 17 h. Toute l'équipe du musée sera prête afin de vous faire découvrir l'aventure des gardiens du ciel.

Notez que les militaires et les membres de leur famille ont toujours accès au site gratuitement.



EXPOSITION TEMPORAIRE

FACE À FACE

Regards sur des histoires vécues

À COMPTER DU 8 JUIN 2019

Military from Bagotville featured

The activities of the tourist season at the Air Defense Museum will begin on June 8th.

The big novelty of the 2019 is the Face to Face exhibition. Since the beginning of the 21st

Century, the Canadian Armed Forces has been involved in several operations around the world. Whether on land, sea or air, the military is engaged to perform different tasks. However, apart from their day-to-day work, some of them traveled the cities, met locals and collected various souvenirs.

From Afghanistan to Charlevoix, via Libya and Iraq, the Face to Face exhibition tells the story of operations in which you can discover the harsh reality of the war, the

many challenges to be overcome during tragedies and the beauty of human help. This new exhibition was realized by the team of Bagotville museum.

In addition to this new feature, visitors will be able to see, or review, the Masters of the Sky exhibit depicting the various historical aspects of Canadian military aviation, as well as the State of Alert during which visitors can discover different topics through augmented reality technology.

The museum still offers the popular tour of the Bagotville Base facilities and gives people a chance to board the CF-18 in the park.

The museum guides will be there to welcome you every day from 9 am to 5 pm.



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.

Tim Hortons®
JOIGNEZ-VOUS À
NOTRE ÉQUIPE DÈS
AUJOURD'HUI

Nous Embauchons

**Faites la demande en personne au 7259 rue Ottawa
ou envoyer votre résumé par courriel à
bureautim@gmail.com**

Toutes les décisions d'embauche seront prises par le franchisé qui exploite
indépendamment ce restaurant Tim Hortons®.

Pour une meilleure condition physique au sein des FAC

Lancement de la stratégie ÉQUILIBRE

Le 23 avril dernier, les Forces armées canadiennes ont lancé la stratégie ÉQUILIBRE, qui vise à reconnaître les nombreux éléments clés de la performance physique.

Selon le dictionnaire, l'équilibre se définit comme la distribution égale de poids ou de force permettant de rester stable et debout. Non seulement dans l'aspect physique, mais également au niveau de la santé mentale, du sommeil, de l'équilibre entre la vie professionnelle et personnelle, d'une alimentation équilibrée et aussi d'un équilibre entre l'activité physique et les risques de blessures.

L'objectif de la stratégie vise à favoriser notre culture axée sur la condition physique et à améliorer l'efficacité opérationnelle au moyen des quatre



comportements liés à la performance (P4) : l'activité physique, l'alimentation, le sommeil et la prévention des blessures.

En adoptant ces comportements, des améliorations peuvent être prévues bien au-delà du domaine de la performan-

ce, comme la vigilance et les performances mentales et cognitives, la résilience face au stress et la réduction du taux d'obésité.

Des données indiquent que les FAC peuvent s'attendre à un effectif en meilleure forme, ce qui mènera ultérieurement à une réduction du fardeau des soins de santé, à une diminution de l'absentéisme et des restrictions médicales, à une augmentation de la préparation aux déploiements et à une image publique positive des FAC.

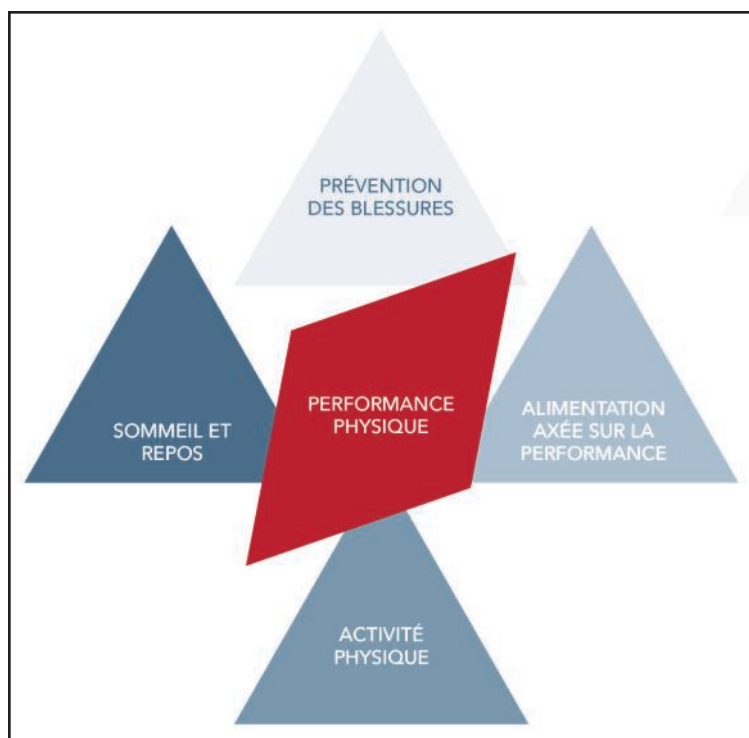
Les Programmes de soutien du personnel, une division des Services de bien-être et moral des Forces canadiennes, ont joué un rôle déterminant dans l'élaboration de la stratégie et assurent l'élaboration et la prestation de programmes et services de pointe en matière de conditionnement physique, de sport et de bien-être pour les Forces armées canadiennes. Cette directive souligne aussi que le personnel PSP (conditionnement physique et promotion de la santé) aura un rôle clé dans le soutien qui sera fourni aux comités et équipes de commandement.

« En augmentant la motivation individuelle et celle du groupe, en plus d'offrir un environnement favorable et d'établir un cadre de res-

ponsabilisation clair, les dirigeants des FAC et chaque membre des FAC doivent s'engager à appliquer cette stratégie pour mettre sur pied et maintenir des forces en bonne condition physique et en santé », indi-

que le général J.H. Vance, chef d'état-major de la défense des FAC.

Vous trouverez tous les détails de la stratégie ÉQUILIBRE sur le site www.connexionfac.ca



Les quatre grands axes du programme Équilibre visent à améliorer la condition physique générale de l'ensemble des membres des Forces armées canadiennes pour accroître la performance opérationnelle.

New BALANCE strategy

On April 23, the Canadian Armed Forces launched the BALANCE strategy, which aims to recognize the many key elements of physical performance.

According to the dictionary, balance is defined as the equal distribution of weight or force to remain stable and upright. Not only in the physical aspect, but also in terms of mental health, sleep, balance between professional and personal life, a balanced diet and a balance between physical activity and risks of injuries.

The goal of the strategy is to promote our fitness culture and improve operational efficiency through four performance behaviors (P4): physical activity, nutrition, sleep, and prevention. injuries.

By adopting these behaviors, improvements can be expected well beyond the performance domain, such as mental and cognitive alertness and performance, resilience to stress,

and reduced obesity rates.

There is evidence that the CAF can expect a healthier workforce, which will later lead to a reduction in the burden of health care, decreased absenteeism and medical restrictions, increased deployments and a positive public image of the CAF.

Personnel Support Programs, a division of Canadian Forces Morale and Welfare Services, has been instrumental in the development of the strategy and is responsible for the development and delivery of leading-edge programs and services for fitness, sports and wellness for the Canadian Armed Forces. This directive also emphasizes that PSP (Physical Fitness and Health Promotion) staff will play a key role in providing support to committees and command teams.

You will find all the details of the BALANCE strategy at www.connexionfac.ca

Abonnez-vous à la page Facebook du PSP de la BFC Bagotville
www.facebook.com/PSPBAGOTVILLE/



Club de vélo les Furtifs de Bagotville

Lancement de la saison

Depuis quelques années, le vélo ne cesse de gagner en popularité et la communauté militaire de Bagotville n'échappe pas à cet engouement.

Créé en 2011 dans la foulée du Grand Défi Pierre Lavoie, le club de vélo Furtifs a pris de l'expansion et ajouté plusieurs volets à ses activités.

Au cours de la prochaine saison, les membres pourront prendre part à de nombreuses activités dont le Grand défi des Bleuets, la Traversée du Parc des Laurentides, des ateliers d'entretien et de réparation de vélo en plus de séances en salle de vélo virtuel (TACX) et d'un volet de vélo de montagne.

La 8^e saison d'activités du club sera lancée officiellement le mercredi 15 mai prochain lors d'une rencontre d'information à



l'auditorium de l'escadre (Bâtisse 71) à compter de midi. Les membres du personnel militaire et civil désirant joindre le club sont donc invités à y assister.

Pour plus d'information, il est possible de contacter le cplc Guillaume Levesque au poste 4440.

Bike club Furtifs new season launch

In recent years, the bike continues to gain popularity and the military community of Bagotville is not immune to this craze.

Created in 2011 in the wake of the Grand Défi Pierre Lavoie, the bike club *Furtifs* has expanded and added several components to its activities.

During the coming season, members will be able to take part in many activities including the Grand Défi des Bleuets, the Parc des Laurentides Crossing, bike maintenance and repair workshops and more sessions in the virtual bike room (TACX) and a mountain bike component.

The club's 8th season of ac-

tivities will be officially launched on Wednesday, May 15 at an information meeting at the Wing's auditorium (Bâtisse 71) starting at noon. Military and civilian personnel wishing to join the club are therefore invited to attend.

For more information, please contact MCpl Guillaume Levesque at extension 4440.

Health Promotion in the Canadian Forces

**STRENGTHENING
THE FORCES**
ÉNERGISER LES FORCES

Promotion de la santé dans les Forces canadiennes

Le cannabis et l'entraînement: faits et risques

Le cannabis est une drogue complexe, il est donc très difficile de prédire comment un ou une membre des FAC y réagira dans le cadre de son programme de conditionnement physique. Le *Centre canadien pour l'éthique dans le sport* indique qu'il n'y a pas suffisamment de preuves scientifiques pour considérer le cannabis comme un optimiseur de performance important. En tenant compte du peu de renseignements scientifiques existants sur le sujet, examinons les effets du cannabis sur la condition physique.

Avantages :

- Réduit la douleur
- Peut améliorer la récupération
- Sentiment euphorisant = entraînement plus plaisant
- Réduit l'anxiété liée à la performance

Inconvénients :

- Réduit la performance pendant les tests d'effort maximal
- Augmente sensiblement la fréquence cardiaque et entraîne une légère hausse de la pression artérielle
- Peut réduire la motivation, la coordination, la concentration, la mémoire, l'équilibre, les habiletés motrices et le temps de réaction
- Donne la fringale à certaines personnes = mauvais contrôle du poids

En résumé : la recherche montre que le cannabis est à son mieux un optimiseur peu important de performance et que pour la plupart des gens il sera un réducteur de performance. Compte tenu de ce qui précède, il est recommandé de s'abstenir de consommer du cannabis avant l'entraînement, en raison de ses effets potentiellement néfastes pour la santé, et du fait qu'il peut avoir un impact négatif sur votre entraînement et augmenter votre risque de blessure. Entraînez-vous intelligemment, et n'oubliez pas que « l'exercice c'est la santé »!

Dr Darrell Menard, O.M.M., M.D., Dipl. méd. sportive

COURSE DE BAGOTVILLE

VENDREDI LE 24 MAI 2019

Rassemblement au Centre communautaire

7 h 45 : Inscription au Centre communautaire

8 h 30 : Échauffement et allocution

8 h 45 : Départ des courses de 5 km, 10 km et marche

Parcours : Rues des logements familiaux

Aucun stationnement disponible, venez à pied !

Tous les membres de la BFC Bagotville (militaires et civils), ainsi que leur famille (conjoint(e)s et enfants), sont les bienvenus!

*** Interdit aux animaux ***



Nous vous attendons en grand nombre!



CALENDRIER DES ACTIVITÉS

Mai 2019

PROMOTION DE LA SANTÉ

Bienvenue aux civils et aux familles! **Ateliers gratuits!**

Bouffe santé (atelier de 2 jours)

13 et 14 mai de 8 h à 16 h

Serveur d'alcool / Smart Serve

Français

16 mai de 13 h à 15 h **OU**

3 juin de 13 h à 15 h **OU**

12 juin de 8 h à 10 h **OU**

19 juin de 8 h à 10 h

English

June 7, 8 am to 10 am **OR**

June 17, 1 pm to 3 pm

Respect dans les FAC

23 mai de 8 h à 16 h **OU**

6 juin de 8 h à 16 h

Drogues, alcool et jeu pour superviseurs

27 mai de 8 h à 16 h **ET**

28 mai de 8 h à 12 h

OU

10 juin de 8 h à 16 h **ET**

11 juin de 8 h à 12 h

English

May 30, 8 am to 4 pm **AND**

May 31, 8 am to 12 pm

All our workshops are available in English upon request (6 pers. min.)

Information et inscription
677-4000 poste 7102
promosante@forces.gc.ca

Force mentale et sensibilisation au suicide — 4 juin de 8 h à 16 h

SURVOL L'ACTUALITÉ EN



Nouveaux équipements

Il n'y a rien de plus excitant pour un logisticien que de recevoir de nouveaux équipements. Pour les membres du 2^e Escadron de soutien à la mission (MSS), c'est exactement ce qu'ils ont ressenti lorsqu'ils sont montés pour la première fois à bord du système de véhicules de soutien moyen (SVSM) nouvellement arrivé à Bagotville. Ces véhicules Mack font partie d'un contrat prévoyant la livraison de plus de 1 500 camions et de 300 remorques aux FAC d'ici 2020.

Pour le moment, le 2 MSS a reçu quatre camions et deux remorques. Sur les quatre camions, deux sont conçus pour le transport de troupes, un camion est conçu pour charger, transporter et décharger des conteneurs et le dernier SVSM comporte une grue montée à l'arrière du pont de cargaison et a une capacité de levage d'environ cinq tonnes.



Diversité

Dans le cadre de la semaine de la diversité culturelle, le musée de la Défense aérienne a réalisé une exposition sur la diversité dans les Forces armées canadiennes. Pour se faire, trois biographies de militaires canadiens ont été présentées dans le hall du gymnase de la BFC Bagotville, soient celles de Douglas Sam, Walter Peters et Harjit S. Sajjan. Le Vortex publiera ces affiches au cours de l'été.

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

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

A division de CFMWS
Une division des SBMFC

LE MAGASIN MILITAIRE DU CANADA

CANADA'S MILITARY STORE

Besoin d'aide?

1 866 APPELLE

(277-3553)

LE VORTEX — Mai 2019 — page 8

C'est pour bientôt!

Il est presque prêt!

Le PROGRAMME PSF PLEIN AIR ÉTÉ 2019

Des RABAIS sur des DIZAINES
d'activités pour TOUTE LA FAMILLE

Surveillez l'édition de juin
de votre journal Le Vortex
pour tous les détails!

Si vous ne pouvez pas attendre,
consultez le Babillard de la Base
pour en savoir plus...

NOUS CONNAISSONS LA VALEUR D'UN ANCIEN COMBATTANT

Venez vous joindre au plus important employeur privé canadien d'anciens combattants

NOM JACKLIN, ANGELA //
TITRE SURVEILLANTE ADMINISTRATIVE //

NOM BOURGEOIS, ANNIE //
TITRE PRISE D'EMPREINTES DIGITALES //

NOM PRATT, KATHERINE //
TITRE SOUTIEN LOGISTIQUE AUX 16^e ESCADRE A1 //

NOM LEMAY, SÉBASTIEN & SUSO //
TITRE MAÎTRE-CHIEN & CHIEN DE DÉTECTION //

NOM FRASER, GERRY //
TITRE DIRECTEUR DES SERVICES
DE GESTION & SERVICES PARTAGÉS //





Avec vous lors de chaque transition L'assurance pensée pour vous



Peu importe le lieu de votre affectation ou les moments forts que vous vivez, **La Personnelle** offre des protections et des tarifs exclusifs d'**assurance auto et habitation**, spécifiquement pour la communauté des FAC.

De plus, en tant que **partenaire de CANEX depuis+ de 30 ans**, nous nous engageons à rendre l'assurance aussi simple et abordable que possible.

With you, through every transition. Insurance that works for you.



No matter where you're posted or what life stage you're in, **The Personal** offers exclusive coverage and rates **on home and auto insurance** for the CAF community.

Plus, as a **partner of CANEX for 30+ years**, we're committed to making insurance as straightforward and affordable as possible.



laPersonnelle

Assureur de groupe auto et habitation

Tarifs de groupe. Service unique.

Obtenez une soumission et découvrez ce
que La Personnelle peut faire pour vous.

1 888 476-8737

canex.lapersonnelle.com



A division of CFMWS
Une division des SBMFC



thePersonal

Home and Auto Group Insurer

Group rates. Preferred service.

Get a quote and see what
The Personal can do for you.

1-888-476-8737

canex.thepersonal.com

Certaines conditions, limitations et exclusions peuvent s'appliquer. La Personnelle désigne La Personnelle, assurances générales inc. au Québec et La Personnelle, compagnie d'assurances dans les autres provinces et territoires. Si vous déménagez au Man., en Sask. ou en C.-B., votre assurance auto ne pourra être transférée. L'assurance auto n'est pas offerte au Man., en Sask. ni en C.-B., où il existe des régimes d'assurance gouvernementaux.

Certain conditions, limitations and exclusions may apply. The Personal refers to The Personal General Insurance Inc. in Quebec and The Personal Insurance Company in all other provinces and territories. Auto insurance is not available in MB, SK and BC due to government-run plans and cannot be transferred if you relocate to those provinces.

Les ingénieurs sur la glace

La coupe Beaver à Bagotville pour la première fois

Les ingénieurs de la BFC Bagotville ont remporté pour la première fois la Beaver Cup, remise à l'équipe gagnante du tournoi de hockey annuel de l'Association du génie militaire canadien.

Collaboration spéciale
Slt Jake Moreau-Beaudry
3 ESM



L'activité s'est déroulée du 2 au 4 avril dernier à Valcartier. Elle regroupait des ingénieurs des Forces armées canadiennes provenant de différentes bases du Québec et de l'Ontario pour un tournoi amical de hockey. L'édition 2019 comprenait sept équipes provenant d'Ottawa, de Saint-Jean-sur-Richelieu, de Québec et de Bagotville.

Très motivé, l'adjudant Dharminder Viridi de la 3^e Escadre a grandement contribué à la participation de la BFC Bagotville à cette édition. Il a rassemblé des ingénieurs de la 2^e et de la 3^e Escadre, il a organisé des levées de fonds ainsi que des entraînements. Il s'est également occupé des inscriptions pour s'assurer de la participation de nos mem-

bres. Il était déterminé à ce que les jeunes membres de la famille des ingénieurs connaissent cette belle tradition qui renforce l'esprit de corps.

Le tournoi d'une durée de trois jours était un beau défi pour la nouvelle équipe d'ingénieurs de Bagotville. Les joueurs ont pris part à quatre matchs en deux jours, finissant avec une fiche de trois victoires et une défaite, terminant ainsi en deuxième place du tournoi à la ronde. En demi-finale, Bagotville a affronté l'équipe DOI Québec qui s'était classée au 3^e rang.

Une victoire de 3-1 en demi-finale a permis à la BFC Bagotville de passer en finale

contre les membres du 5^e Régiment du génie de combat (5 RGC) de Valcartier qui avait terminé le tournoi en première place et qui avait aussi battu Bagotville par un écrasant pointage de 6 à 1 lors du tournoi.

Pendant le match de la finale, les deux équipes se sont distinguées par leur intensité et leur robustesse, tout en maintenant une ambiance amicale. Bien que l'équipe du 5 RGC ait très bien performé, l'équipe de Bagotville a su démontré de quel bois la force aérienne se chauffe et elle a arraché la victoire au 5 RGC avec un score de 4 à 1. L'équipe a ainsi rapporté la *Beaver Cup* à la BFC Bagotville pour la toute première fois.

Beaver Cup in Bagotville for the first time

The engineers from CFB Bagotville won the Beaver Cup for the first time, presented to the winning team of the Canadian Military Engineering Association annual hockey tournament.

The activity took place from April 2 to 4 in Valcartier. It brought together Canadian Armed Forces engineers from different bases in Quebec and Ontario for a friendly hockey tournament. The

2019 edition included seven teams from Ottawa, Saint-Jean-sur-Richelieu, Quebec City and Bagotville.

A 3-1 semi-final win left CFB Bagotville in the final against members of 5 Combat Engineer Regiment (5 CER) from Valcartier who finished the tournament in first place and also beat Bagotville by a crushing score of 6 to 1 earlier in the tournament.

During the match of the final, both teams were distinguished by their intensity and robustness, while maintaining a friendly atmosphere. Although the 5 CER team performed very well, the Bagotville team showed how much the air force is warming up and they snatched the victory with a score of 4 to 1. The team brought the Beaver Cup at CFB Bagotville for the very first time.



Prévention des incendies FLASH INFO

Le barbecue

Quoi de mieux, avec l'arrivée du beau temps, qu'une bonne grillade et l'odeur de la cuisson. Mais le saviez-vous? Il n'est vraiment pas conseillé, si votre barbecue prend feu, de tenter de fermer le réservoir de propane ou le couvercle.

La bonne chose à faire : s'éloigner et contacter le service d'incendie le plus rapidement possible.

Mesures de sécurité à adopter

- Le barbecue doit être en bon état et posé sur une base solide.
- Il doit y avoir au moins 1,52 m (cinq pieds) entre le barbecue et les bâtiments, les murs et les combustibles.
- Ne jamais l'utiliser dans les bâtiments ou dans les garages.
- Ne jamais répandre d'allume-feu sur des charbons de bois ou sur des copeaux en flammes; cela doit se faire avant l'allumage !
- Il est fortement suggéré d'utiliser des allume-feu électriques ou en blocs plutôt qu'un allume-feu liquide
- Il faut toujours suivre le mode d'emploi lorsque l'on utilise un barbecue au gaz propane
- Pour votre sûreté, toujours allumer le BBQ avec le couvercle ouvert.

Mise en garde culinaire

71° Celsius : Selon Santé Canada, c'est la température interne minimale des galettes de bœuf pour un BBQ sans risque. Mal cuites, elles pourraient contenir la bactérie E. coli, responsable de la « maladie du hamburger ».

Cpl K. Trottier

Bureau de prévention incendie de la BFC Bagotville
418-677-4000 # 4316

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

Daniel Germain co-capitaine de l'équipe canadienne

Les Warrior Games se tiendront du 21 au 30 juin 2019 à Tampa Bay, en Floride. Le capt (ret) Daniel Germain, bien connu à Bagotville et membre du programme Sans Limites, représentera le Canada à cette compétition internationale où il agira également comme co-capitaine d'Équipe Canada.

Les Warrior Games visent à promouvoir le rétablissement et la réhabilitation chez les militaires blessés et malades par la pratique de sports adaptés. Daniel Germain figurera parmi les 300 athlètes vétérans sélectionnés pour représenter le Canada, les États-Unis, l'Australie, le Royaume-Uni, le Danemark et la Nouvelle-Zélande. Il participera aux épreuves inscrites au programme de la compétition, dont le golf, le rugby en fauteuil roulant, le tir à l'arc, le tir au pistolet et le vélo de montagne (démonstration).

Le capt (ret) Germain s'est enrôlé dans les Forces armées canadiennes en 1996 à titre de mécanicien de marine. Il a été déployé en 1998 sur la flotte de réaction rapide de l'OTAN (Standing Naval Force Atlantic), a été membre de l'équipe d'arraisonnement et d'abordage du navire ainsi que plongeur du navire. En 2007, il a ensuite joint la Force aérienne à titre d'officier du génie aérospatial. Il a ensuite été affecté à la flotte de CF-18 et muté successivement à Mirabel, Valcartier et Bagotville, où il a servi à titre de chef de cabinet du commandant de la 3^e Escadre, OSPA au 425 ETAC et coordonnateur au marketing pour le SAIB 2015.

En 2016, il fut diagnostiqué avec un trouble d'anxiété généralisé et souffre de multiples blessures musculo-squelettiques et douleur chronique suite à son service. « La nature du service nous pousse



La capitaine à la retraite Daniel Germain a terminé sa carrière militaire à Bagotville. Il agira à titre de co-capitaine de l'équipe canadiennes lors des Warrior Games en juin prochain en Floride.

à toujours en faire plus, à ne pas se plaindre, et répondre aux besoins impératifs de la mission. On s'oublie facilement jusqu'au jour où notre corps nous dit c'est assez», explique l'ex-militaire.

L'annonce de sa participation imminente aux Warrior Games a grandement motivé M. Germain. « On se retrouve devant un immense gouffre à la sortie, qu'elle soit ou non médicale. Une perte d'estime de soi accompagne souvent cette sortie et se jumèle à une perte de sens. Plusieurs deuils sont affrontés, deuil de la carrière, deuil de ses capacités physiques et mentales, deuil de la camaraderie et j'en passe. Pour certains il y aura le deuil de la famille, la mienne n'ayant pas survécu aux aléas du service. »

Afin de se préparer aux Warrior Games, le capt (ret) Ger-

main a participé à un camp d'entraînement d'une semaine à la fin mars, en compagnie des 39 autres membres de la délégation canadienne Sans Limites. En plus de pouvoir consacrer plusieurs heures par jour à leur entraînement physique, ils ont eu l'occasion de rencontrer des conférenciers inspirants, dont une rencontre marquante avec Michelle Stilwell, athlète handisport et politicienne, détentrice de six médailles d'or aux jeux paralympiques. « Cette rencontre m'a permis de retrouver peu à peu un nouveau sens à ma vie », affirme Daniel Germain.

Le Capt (ret) Germain souhaite inspirer les membres de sa famille et ses amis grâce à sa participation aux Warrior Games cet été. « On a deux yeux en avant du visage, c'est pour aller de l'avant sans regarder derrière. La

compétition est un tremplin vers le mieux-être et de saines habitudes de vie. » Il encourage d'ailleurs les militaires à ne pas attendre que leur situation se dégrade avant de signaler leur mal-être et utiliser les services de santé offerts. Il salue par ailleurs la création du Groupe de transition des FAC qui a pour mission d'améliorer le processus de transition de la vie militaire à la vie civile, avec toute une gamme de services et de soutien, pour les membres des Forces armées canadiennes, les vétérans et leurs familles.

Les Warrior Games ont été fondés en 2010 par le département de la Défense des États-Unis. Leur organisation sera assurée cette année par le commandement des forces spéciales de l'armée américaine.



Warrior Games 2019

The Warrior Games will be held June 21-30, 2019 in Tampa Bay, Florida. Capt (Ret) Daniel Germain, well known in Bagotville and member of the No Limits program, will represent Canada at this international competition where he will also serve as co-captain of Team Canada.

The Warrior Games are designed to promote the recovery and rehabilitation of injured and sick members of the military through the practice of adapted sports. Daniel Germain will be among the 300 veteran athletes selected to represent Canada, the United States, Australia, the United Kingdom, Denmark and New Zealand. He will take part in the events on the competition program, including golf, wheelchair rugby, archery, pistol shooting and mountain biking (demonstration).

Capt (ret'd) Germain enlisted in the Canadian Armed Forces in 1996 as a Marine Engineer. In 2007, he joined the Air Force as an Aerospace Engineering Officer.

In 2016, he was diagnosed with generalized anxiety disorder and suffered multiple musculoskeletal injuries and chronic pain as a result of his service. The announcement of his imminent participation in the Warrior Games greatly motivated Mr. Germain.

In preparation for the Warrior Games, Capt (Ret) Germain attended a week-long training camp at the end of March, along with the other 39 members of the Canadian delegation Without Limits.

Capt (ret'd) Germain wants to inspire family and friends through his participation in the Warrior Games this summer. It encourages the military not to wait for their situation to deteriorate before reporting their malaise and use the health services offered.

The Warrior Games were founded in 2010 by the United States Department of Defense. Their organization will be ensured this year by the command of the special forces of the US Army.

L'avion de démonstration, l'image de l'ARC

Depuis que l'Aviation royale canadienne a décidé de déléguer un CF-18 à la présentation de spectacles aériens, l'appareil de tournée a pris des couleurs.

Abordant un thème différent chaque année, les équipes de peinture des escadrons de maintenance de Bagotville et de Cold Lake se sont toujours fait un point d'honneur de réaliser un travail exceptionnel.

Cette saison ne fera pas exception, mais nous en reparlerons en détails dans la prochaine édition. Jetons d'abord un coup d'œil sur les réalisations des dernières années.

En 1996, l'avion de démonstration est ornée d'une feuille d'érable pour souligner les 50 ans de l'utilisation de la cocarde à feuille d'érable sur les aéronefs canadiens.



En 2004, on souligne les 80 ans de l'Aviation royale canadienne.



En 2006, le thème adopté est « Fiers d'être canadiens » et la pilote de démonstration n'est autre que le commandant actuel de la BFC Bagotville et de la 3^e Escadre, le colonel William Radiff (alors capitaine).

En 2008, c'est le cinquantième anniversaire du NORAD et le 400^e anniversaire de la ville de Québec qui inspirent les créateurs.



Les aéronefs des années 2013, 2015 et 2017 se distinguent avec le retour d'éléments ornementaux sur l'ensemble du fuselage. En 2013, la diversité canadienne est à l'honneur. En 2015, on souligne le 75^e anniversaire de la bataille d'Angleterre et en 2017, les 150 ans de la confédération canadienne.



Célébrons la diversité

Saviez-vous que les premières nations comptaient cinq genres différents ?

Avant d'être colonisés par les chrétiens, les autochtones n'avaient pas une vision binaire du genre. Leur appréhension du sujet était bien plus complexe. Pour éviter d'influencer les enfants, ils étaient vêtus de façon neutre afin que ces derniers puissent décider par eux-mêmes à quel genre ils souhaitaient s'identifier. Ce qui importait pour eux était le rôle et l'utilité au sein de la communauté.

À 11 ans, on demandait à l'enfant d'identifier celui auquel il s'identifiait : hommes masculins, femmes féminines, hommes féminins, femmes masculines ou transgenres.

Ceux qui se définissaient comme Deux Esprits (ou bispériels) étaient très respectés, puisqu'ils pouvaient assumer des activités à la fois masculines et féminines. Ils étaient considérés comme un atout par la communauté entière, ils avaient une meilleure capacité à comprendre le monde, puisqu'ils pouvaient voir à travers les yeux d'un homme et à travers les yeux d'une femme. C'est pour cela qu'on leur confiait des postes importants comme chamans, médecins ou encore conseillers matrimoniaux.

Ces individus à deux esprits pouvaient s'unir avec la personne de leur choix, quel que soit son genre. Hommes et femmes se mariaient ensemble, ou entre personnes du même genre. S'unir était plus qu'une question physiologique et ceci se déroulait de façon naturelle, dans le respect et sans jugement.

Il est impossible de refaire l'histoire, nous pouvons tout de même choisir de nous inspirer de ce beau message de paix, de tolérance et d'acceptation pour le mettre en œuvre dans nos sociétés.

Sources:
www.positivr.fr et www.sciencepost.fr

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

Au tableau d'honneur

PROMOTIONS



Capt Couture



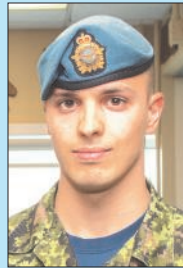
Capt Pelletier



Cplc Allaire



Matc Côté



Cpl Coderre



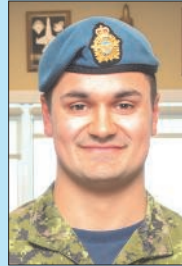
Cpl Croteau



Cpl Dumas



Cpl House



Cpl D'Ajou-Tremblay



Cpl Howard



Cpl Baudin



Cpl Lalonde-Laframboise



Lt Audet



Lt Bougie



Cpl Boatman

MÉDAILLES ET AUTRES HONNEURS



Adjum Vachon
CD2



Adjum Côté
CD2



Capt Clement
MSG Exp.



Capt Gilbert
MCMP, MSOE



Sgt Delcour
MCMP, MSOE



Cplc Maranda
CD, MSOH



Cplc Perron
ECG Exp.



Sgt Perron
CD1.



Adj Feeney
CD1



Cplc Fillion
London Public Duties

* Le grade ou la décoration indiquée devant ou après le nom est celle reçue. Les photos non publiées faute d'espace le seront dans une prochaine édition.

COURS D'ANGLAIS LANGUE SECONDE

PRÉPARATION À L'ÉVALUATION DE LA LANGUE SECONDE / NIVEAU B MAINTIEN DE L'ACQUIS – NIVEAU B

À temps complet du 15 mai au 12 juin (120 heures)

Objectifs :

- permettre aux personnes détenant un profil BBB expiré ou venant à échéance au cours des 12 prochains mois de se préparer aux tests de la Commission de la fonction publique.
- permettre aux personnes détenant un profil BBB de maintenir leurs compétences dans leur seconde langue officielle sans toutefois refaire les tests de la Commission de la fonction publique.

Personnes admissibles :

- personnel militaire. Les réservistes et le personnel civil sont admis sous certaines conditions.

Cours d'un niveau de progrès à temps complet

PL 2 : du 6 juin au 12 juillet

PL 3 : du 15 juillet au 16 août

PL 4 : du 3 septembre au 4 octobre

Personnes admissibles :

- personnel militaire. Les réservistes, le personnel civil et les conjointes/conjointes de militaires sont admis sous certaines conditions.

FRENCH-AS-A-SECOND-LANGUAGE COURSES

Full-time Single Progress Level Courses

NP 1: from August 5 to September 13

NP2: from September 16 to October 18

NP3: from October 21 to November 29

NP4: from December 2 to January 17

Eligible persons:

- military personnel. Reservists, civilian personnel and military spouses can be eligible under certain conditions.

Information / Inscription

Carole Noël

Coord. des langues officielles par intérim / BFC Bagotville

carole.noel@forces.gc.ca

Tél. : 418 698-5705 poste 2245

INFO-MESS — mai-juin 2019

MESS DES OFFICIERS

Mai

Vendredi 10 mai — Café du commandant 2 ERE (Salle Poly)

Vendredi 17 mai — Café du commandant 2 ERE (Salle Poly)

Vendredi 17 mai — Café du commandant (Barn)

Jeudi 23 mai — Luncheon (barn)

Vendredi 24 mai — Café du commandant 2 ERE (Salle Poly)

Vendredi 31 mai — Café du commandant 2 ERE (Salle Poly)

Vendredi 31 mai — **Souper homard** (Barn)

MESS DES ADJ/SGTS

(Salle Kitty Hawks)

Mai

Vendredi 10 mai — DMCV

Vendredi 17 mai — Café des chefs

Vendredi 24 mai — DMCV

Vendredi 24 mai — **Souper homard**

Juin

Jeudi 6 juin — Café des chefs

Vendredi 7 juin — DMCV

Lundi 20 juin — Café des chefs

MESS DES RANGS JUNIORS

Mai

Vendredi 17 mai — Café des membres (Salle JAG)

Vendredi 17 mai — DMCV (Salle Renaissance)

Samedi 25 mai — **Souper homard** (Barn)

Juin

Vendredi 7 juin — DMCV (Salle Renaissance)

N'oubliez pas que la Barn est ouverte chaque jeudi **du mois de mai**, de 15 h à 18 h, pour tous les rangs.



Calendrier des activités du CRFM de Bagotville
MFRC Bagotville Calendar of Events



mai — juin

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
Ne manquez pas la Fête des bébés et le Tournoi des familles le samedi 11 mai. Do not miss the Baby Party and the Family Tournament Saturday May 11 th .				9 Parents-enfants : gymnase Teen Town : Sports PSP (12 à 17 ans)	10 Teen Town : activités libres (12 à 17 ans)	11 Samedi pour toute la famille (Fête des bébés Tournoi des familles) Période de répit (12 h à 16 h) Teen Town : Beauce Carnaval (9 à 11 ans 12 à 17 ans)
12	13 5 à 7 : L'utilisation des technologies chez les jeunes	14 Parents-enfants : jeu libre Teen Town : soirée de gars (9 à 11 ans)	15 5 à 7 pour les familles de militaires : la transition à la vie civile Parents-enfants : gymnase Teen Town : activités libres (9 à 11 ans 12 à 17 ans)	16 Parents-enfants : bricolage Teen Town: Sports PSP (12 à 17 ans)	17 Journée pédagogique / P.D. Day Atelier de sécurité à vélo Teen Town : Journée internationale contre l'homophobie, la transphobie et la biphobie (12 à 17 ans)	18 Teen Town : soirée film (9 à 11 ans 12 à 17 ans)
19	20	21 Parents-enfants : bricolage Teen Town : souper « On jase » de mutation (9 à 11 ans)	22 Parents-enfants : jeu libre Teen Town : activités libres (9 à 11 ans 12 à 17 ans)	23 Parents-enfants : parc ou gymnase Teen Town : Sports PSP (12 à 17 ans)	24 Teen Town : activités libres (12 à 17 ans)	25 Activité 7-8 ans : Pour l'amour des abeilles ! Période de répit (12 h à 16 h) Teen Town : activités libres (9 à 11 ans 12 à 17 ans)
26	27	28 Parents-enfants: jeu libre Teen Town: activités libres (9 à 11 ans)	29 Parents-enfants : parc ou gymnase Teen Town : activités libres (9 à 11 ans 12 à 17 ans)	30 Parents-enfants : bricolage Teen Town : Sports PSP (12 à 17 ans)	31 Teen Town : activités libres (12 à 17 ans)	1 ^{er} juin Teen Town : Festi-Jeunes (9 à 11 ans 12 à 17 ans)
2	3	4 Parents-enfants : jeu libre Teen Town : activités libres (9 à 11 ans)	5 Parents-enfants : parc ou gymnase Teen Town : activités libres (9 à 11 ans et 12 à 17 ans)	6 Parents-enfants : gymnase Atelier Mieux vivre son déménagement Teen Town : Sports PSP (12 à 17 ans)	7 Teen Town : Beauce Carnaval à Chicoutimi (12 à 17 ans)	8 Vente de garage Teen Town : Vente de garage (9 à 11 ans 12 à 17 ans)
9	10	11 Parents-enfants : jeu libre Teen Town: activités libres (9 à 11 ans)	12 Parents-enfants : parc ou gymnase Teen Town : activités libres (9 à 11 ans et 12 à 17 ans)	13 Parents-enfants : Muffins et café Teen Town : Sports PSP (12 à 17 ans)	14 Soirée jeux-vidéo pères-enfants Teen Town : soirée jeux-vidéo pères-enfants	15 Teen Town : soirée film (9 à 11 ans 12 à 17 ans)

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

Numéros importants — Importants 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-Répît - 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

LE VORTEX — Mai 2019 — page 15



PENSION À VIE POUR LES VÉTÉRANS ATTEINTS D'UNE BLESSURE OU D'UNE MALADIE LIÉE AU SERVICE

La nouvelle pension à vie vous aide à faire la transition à la vie après le service grâce à la reconnaissance et au soutien du revenu dont vous avez besoin.

Apprenez-en plus : veterans.gc.ca/pensionavie
1-866-522-2022

PENSION FOR LIFE FOR VETERANS WITH SERVICE-RELATED INJURY OR ILLNESS

The new Pension for Life helps you transition to life after service with the recognition and income support you need.

Learn more: veterans.gc.ca/pensionforlife
1-866-522-2122