

le **VORTEX** de Bagotville



Volume 14 Numéro 3

LE JOURNAL DE LA BASE DES FORCES CANADIENNES DE BAGOTVILLE

MARS 2019



Une première aux services administratifs de la BFC Bagotville **Une chaîne de commandement entièrement féminine**

pages 2 et 3

Une participation record pour les Hivernades 2019... pages 6 et 7

La Lt Mélissa Fortin rêve de se joindre aux SkyHawks... page 9

L'exercice Hibernation simule l'écrasement d'un aéronef... page 10

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

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
---	--

LE SUICIDE
N'EST PAS
UNE OPTION

dans des fonctions clés



La major Mélanie Tran, représentante du Juge avocat général des FAC, pose ici devant les photos de sa chaîne de commandement entièrement féminine.

Women of influence in Bagotville

Things have changed since the federal government ended thirty years ago the discrimination that still prohibited many trades for women in the Canadian Armed Forces.

In March, a few days before International Women's Day, the Vortex devotes several pages to the place of women, but especially to women who still open the way today.

Although just over 16% of the Regular Force members in Bagotville are women, some units have a head start in terms of integration. "This year, we live in an exceptional situation. For me, in any case, this is the first time I see an all-female chain of command. All the officers under my command are women," says Major Lucie Croft, CFB Bagot-

ville's Chief of Administrative Services.

To add to the exceptional of this situation, the direct supervisor of Maj Croft, the Head of administration and Deputy Commander of the Base, LCol Annie Malouin, is also a woman.

"We are no longer in the 80s. The situation of women in the CAF has changed significantly. It is true that Staffs are still mostly male, but I do not feel discriminated against. It's the professionalism and the competence that prevails, everything has changed very quickly in recent years," says Major Croft.

For Major Mélanie Tran, representative of the Canadian Forces Judge Advocate General in Bagotville, the

situation is also very special since her entire chain of command is female, going up to Commodore Geneviève Bernatechez, the first woman named Judge Advocate General for the CAF, a position she has held since 2017.

Other services are also strongly represented and led by women in Bagotville. This is the case of the Military Family Resource Center (MFRC), which has been run for several years by Isabelle Gauthier. Of the 30 employees in the Center, 28 are women.

The Personnel Support Program (PSP) team is also predominantly female. In all, 61% of the Program's staff is women and the managers of the seven departments of the PSP are all women.

tion est aussi en pleine transformation. De plus en plus de femmes se hissent à des postes de commandement ou occupent des positions clés dans les chaînes de commandement. Chaque année, le pourcentage de femmes au sein de l'Aviation royale canadienne augmente et les rôles des femmes se diversifient et prennent de l'importance.

N'oublions pas que la BFC Bagotville soulignera la

Journée internationale de la femme le 20 mars prochain alors que de nombreuses activités sont au programme tout au cours de la journée. (Consultez la page 5 de cette édition pour tous les détails.)

Cette journée est une excellente occasion de constater le chemin parcouru et de redoubler d'effort pour que les femmes puissent occuper la place qui leur revient à tous les niveaux.



VETERAN FAMILY PROGRAM
For Medically Releasing CAF Members,
Medically Released Veterans and their Families

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

CAFconnection.ca • ConnexionFAC.ca



1^{er}
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



Alain Dufour
COURTIER IMMOBILIER
418 818-1983

Linda Turgeon
COURTIER IMMOBILIER
418 540-0575

Jean-Marc Prince
COURTIER IMMOBILIER RÉSIDENTIEL
418 812-1777

Michel Dufour
COURTIER IMMOBILIER
418 818-4747

LE *Mot* du COMMANDANT

Prêt pour un sprint ?

Bonjour à tous et à toutes,

I was hoping that by the time you are reading this article, all of the snow would have melted and the grass would already have turned green. As you can see outside, that it not the case, but don't worry, I am sure that it will be soon. My fingers are crossed.



Par Col. William Radiff
Commandant de la 3^e Escadre
et de la BFC Bagotville

Comme vous le savez peut-être déjà, le 8 mars fut la journée internationale de la femme. Pour fêter cela et pour souligner cette journée de reconnaissance très importante, nous organiserons, le 20 mars, des événements ici, à la BFC Bagotville, au mess des sergents et adjudants. À partir de 10 h, des kiosques seront présents offrant une variété d'information, ainsi

qu'un repas au cours duquel interviendra notre conférencière invitée, Mme Isabelle Thibeault. Si vous n'avez pas déjà prévu y assister, je vous le recommande. J'espère vous y voir !

The month of March is a very important one for those of us in the Military family. You see, March represents the beginning of the Posting season. For many of you, the posting process will begin this month whether you are ready or not. I know that there were many dissatisfied people during last year's posting season due to the change in the manner that the posting process was delivered.

The CAF/DND leadership recognized these errors and have initiated a new contract in the hopes of correcting the issues. As you may know, I am posted this year and have already begun the process. To date, I have found the new one amenable and have actually found the online assistance to be helpful. While it is not the same as it was before with agents located at each of our Bases, I think that it is an improvement from last year and a step in the right direction. Also, I want to encourage those of you that are being posted to report any issues that you may have through your chain of command so that we can seek to correct it.

Le SAIB approche également rapidement et j'espère que vous avez tous l'intention d'inviter vos familles à y participer. Nous aurons un excellent spectacle cette année avec l'équipe de démonstration du F-35 de l'USAF, les Snowbirds, l'équipe de démonstration du CF-18 et plusieurs autres grandes performances.

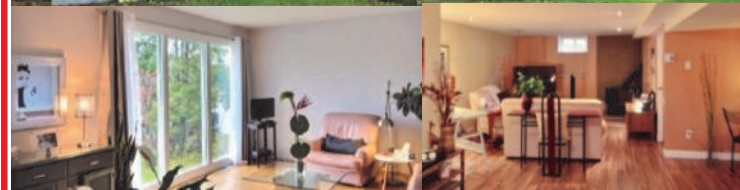
De plus, nous travaillons fort pour devenir le premier spectacle aérien écoresponsable au monde. Cela mettra notre grande région sur la carte du monde et sera certainement une source de fierté. J'ai hâte de vous voir au spectacle !

Comme vous pouvez le constater, à partir de maintenant, et jusqu'à la fin de la saison des mutations, ce sera une période très occupée. Je sais que l'équipe de la BFC Bagotville est certainement capable de tout réaliser, mais assurez-vous de prendre soin de vos familles et de vous-même également. J'ai besoin de chacune et de chacun de vous dans mon équipe!

MAISON À VENDRE



Centris 9977923



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

Contactez
Éva Gagnon, courtier immobilier RE/MAX
418-590-5000

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! »

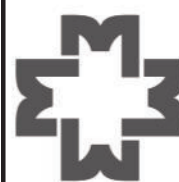
Pour en savoir plus ou obtenir des ressources
sur la prévention, rendez-vous à
amputesdeguerre.ca/jouez-prudemment.



Les Amputés de guerre

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

Journée internationale de la femme à Bagotville

**MERCREDI
20 MARS
WEDNESDAY
MARCH 20**



**Bagotville
International
Womens' Day**

Dîner, conférence & prix de présences

Ouvert à tout le
personnel féminin
de la Base de Bagotville
11 h 30 à 13 h 30
Mess des Rangs Jr

Lunch, conference & prizes

Open to all female
Base Bagotville employees
11:30am – 1:30pm
Jr Ranks Mess

**Billets
15\$
Tickets**



Conférencière Guest Speaker

Isabelle Thibeault

La pionnière dans le domaine des soins
infirmiers - Femme d'exception 2018

Kiosques

Ouverts à tous
10 h à 15 h
Mess Rangs Jr

**Gratuit
Free**

Kiosks

Open to all
10am - 3pm
Jr Ranks Mess

Billets disponibles auprès de vos représentants d'unité à
partir du 25 février 2019. Ils sont aussi disponibles auprès du
Cpl Marie-Claude Dufour au poste 6429.
Tickets available from your unit reps. beginning 25 February
2019. Tickets are also available by contacting Cpl Marie-Claude
Dufour at ext 6429.

Cette activité est présentée par:
This event is sponsored by:



LE BARBER SHOP



Près de 800 personnes prennent part aux activités

Une participation record pour les

« Ce sont les plus grosses Hivernades que nous avons eues à ce jour! Merci à tous! » C'est ainsi que la coordonnatrice des Hivernades 2019, Claire Deschenes, a commencé son mot de bienvenue aux centaines de participants inscrits à l'une ou l'autre des activités au programme le 14 février dernier.

En tout, près de 720 personnes ont pris part à l'événement. Si on ajoute la cinquantaine de membres du comité organisateur, on atteint presque 800 participants. Il faut dire que Dame Nature a aussi collaboré au succès de l'activité. « Regardez cette température. Hier c'était la tempête et il a fait moins mil- le depuis une semaine. Au- jourd'hui c'est parfait ! », a ajouté l'organisatrice en chef.

Les Hivernades 2019 ont commencé quelques jours plus tôt avec le traditionnel concours de sculpture sur nei-



ge qui s'est soldé par une égalité en tête. En effet, le jury n'a pas été en mesure de désigner un seul gagnant, accordant donc la victoire ex aequo aux équipes des caporaux James Gagnon (10 EITA) et Maxime Desgagné (3 EMA).

Au cours de la journée principale, les militaires et le personnel civil de la BFC Bagotville avaient le choix entre une dizaine d'activités allant du hockey-bottine à la pétanque en passant par la balle donnée en raquettes, la course et un rallye pédestre. « Je



Record of Participation

"These are the biggest Winter Games we've had so far! Thank you all!" Thus, the 2019 Winter Games Coordinator, Claire Deschenes, began her welcoming to the hundreds of participants registered for the activities on the program on February 14th.

In all, nearly 720 people took part in the event. If we add the fifty members of the organizing committee, we reach almost 800 participants.

The Winter Games 2019 began a few days earlier with the traditional snow sculpture competition won by two teams this year (Corporals James Gagnon (10 EITA) and Maxime Desgagné (3 EMA))

During the main day, CFB Bagotville's military and civilian personnel had the choice between a dozen activities ranging from hockey boots, petanque, snowshoes, running and a pedestrian rally.

Partners from outside the Base also joined the event to offer various services. In addition to sponsoring of Canex and OK Tires, Tim Horton donated coffee, and the maple sugar bush was served by Érablière Cap Bleu.

The lunch moved to the Mess junior ranks and the adjutants and sergeants went well thanks to the expertise of the trader Lucerne in a festive musical atmosphere provided by the DJ Harold Girard.

Hivernades 2019

crois que les gens ont eu autant de plaisir à participer que nous en avons eu à organiser. Et j'espère que ceux qui ont

fait le rallye pédestre ne m'en voudront pas trop, il paraît qu'il était un peu difficile! », lance Mme Deschenes.

Des partenaires de l'extérieur de la Base se sont aussi joints à l'événement pour offrir différents services. En

plus de la collaboration financière de Canex et d'OK Pneus, Tim Horton a offert du café, et l'érablière Cap Bleu faisait déguster de la tire d'érable.

res pour les concours de queue de cheval et de vernis à ongles. (Voir l'encadré pour la liste de tous les gagnants des Hivernades 2019.)

Le dîner déplacé au Mess des rangs juniors et à celui des adjutants et sergents s'est bien déroulé grâce au savoir-faire du traiteur Lucerne dans une ambiance musicale festive assurée par le DJ Harold Girard.

On a aussi profité de l'occasion pour remettre les bannières

« Je tiens à remercier le comité organisateur qui a travaillé avec moi depuis novembre pour préparer cette journée. Merci aussi à l'Équipe PSP et aux différentes unités qui ont assuré la logistique de l'événement. Et bien sûr, merci à tous les participants, c'est un rendez-vous en février 2020 », a conclu Claire Deschenes.



Gagnants Hivernades 2019

Hockey-bottine (photo #1) :

Équipe gagnante : sgt Samuel Bergeron
Unité : 3 ESM

Volleyball (photo #2) :

Équipe gagnante : cpl Jonathan Vézina
Unité : 3 EMA

Hockey sur glace (photo #4) :

Équipe gagnante : cplc Jean-Mathieu Perrier
Unité : 10 EITA

Balle donnée en raquette (photo #8) :

Équipe gagnante : slt Nicolas Naud
Unité : Équipe BFC

Tournoi de pétanque (photo #7) :

Équipe gagnante : cpl Jennifer Larouche
Unité : CmdtA

Tir à la corde :

Équipe gagnante : cpl Jimmy Labbé-Doyon
Unité : 10 EITA

Rallye pédestre (photo #11) :

Équipe gagnante : Élane Girard (31 points sur 40)
Unité : Commandant adjoint

Course de 2 km (photo #6) :

Gagnant : Jean-François St-Amand (13 min 58 sec)
Unité : Division regroupée

Course de 4 km (photo #9) :

Gagnant : cpl Michel Chiasson (19 min 00 sec)
Unité : 3 EMA

Sciote individuel (photo #12) :

Gagnant : sgt Serge Villeneuve (19 sec 59 cent)
Unité : 3 ESM

Godendard par équipe (photo #10) :

Gagnants: sgt Serge Villeneuve & cplc Sylvain Maltais (14sec 63 cent)
Unité : 3 ESM

Sculpture sur neige (Ex æquo) :

Cpl James Gagnon (10 EITA) (photos #3 et 13)
Cpl Maxime Desgagné (3 EMA) (photos #5 et 14)



Changements nutritionnels à l'horizon !

Du 1^{er} au 31 mars, la campagne du Mois de la nutrition 2019 a pour objectif d'aider les Canadiennes et les Canadiens à découvrir le pouvoir des aliments et d'aider les gens à voir comment les aliments peuvent nourrir, faire découvrir, prévenir, guérir et nous rassembler.

Au sein des FAC, des choix santé sont toujours disponibles sur le menu cyclique national normalisé (MCNN) offert dans les salles à manger des FAC. De nouveaux matériels éducatifs ont été développés avec des messages clés concernant la nutrition et le MCNN. Vous pouvez les trouver dans les salles à manger des FAC.

Chez Santé Canada : de nombreux changements ont déjà eu lieu en matière de promotion de la nutrition :

- Interdiction des huiles partiellement hydrogénées/ gras trans (17 septembre 2018).
- Réglementation sur l'étiquetage des aliments (fin 2016).
- Lancement du nouveau guide alimentaire (22 janvier 2019).

Le nouveau guide a été élaboré à partir des données probantes les plus récentes et les plus solides sur l'alimentation et la santé. L'assiette d'un repas sain se compose maintenant de : ½ légumes et fruits, ¼ aliments à grains entiers et ¼ aliments protéinés (le lait et substituts et les viandes et substituts sont maintenant regroupés comme aliments protéinés). Parmi les aliments protéinés, ceux d'origine végétale devraient être consommés plus souvent.

L'eau est maintenant la boisson de premier choix et les boissons sucrées, y compris les jus à 100 % et les laits sucrés, ne sont pas recommandées pour être consommées régulièrement.

Voulez-vous en apprendre plus?
www.moisdelanutrition2019.ca
www.guide-alimentaire.canada.ca/fr/

Par Nicole Houghtaling, RD, Pn1, pour la Promotion de la Santé

CALENDRIER DES ACTIVITÉS

Mars 2019

PROMOTION DE LA SANTÉ

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

**Gestion des moments
de colère (2 jours)**

11 et 12 mars 8 h à 16 h

Respect dans les FAC

14 mars ou 20 mars 8 h à 16 h

Nutrition 101 (English workshop)

March 15, 8 am to 12 pm

Lecture des étiquettes

(nouveau format)

1h30 de classe et 1h30 visite
Épicerie — 22 mars 9 h à 12 h

Top Fuel, Top Performance
(English workshop) (2 days)

March 25 and 26, 8 am to 4 pm

Serveur d'alcool

28 mars 13 h à 15 h

Toxicomanies 101

29 mars 9 h à 12 h

Intercomm (nouveau format)

2 jours : 2 et 3 avril 8 h à 16 h

Substance Use 101

(English Workshop)

April 5, 9 am to 12 pm

**All our workshops are available
in English upon request
(minimum of 6 participants)**

Mois de la nutrition

Découvrez le pouvoir
des aliments !

www.moisdelanutrition.ca

Information et inscription

677-4000 poste 7102

Passage marquant à Bagotville

L'homme à la pinte de lait !

Voilà maintenant huit mois que le padre Alberto Girard est parmi nous à la BFC Bagotville. Alberto s'est joint à l'équipe à la suite du départ du padre Destiné en soutien à l'équipe des aumôniers d'Ottawa.

Au cours de ces huit mois, plusieurs d'entre vous ont certainement aperçu le padre Girard. Pour certains, c'est au moment des jours fériés alors qu'il distribuait le café et les Timbits du padre au personnel qui travaillait. Cela a d'ailleurs fait sa marque de commerce : l'homme à la pinte de lait. Notre intention n'était pas de signifier qu'Alberto manquait à l'appel comme cela se faisait autrefois lorsqu'une personne était portée disparue et qu'on mettait sa photo sur la pinte de lait!

La joie de vivre d'Alberto des plus communicatives a certainement dû vous rejoindre. Toujours une blague à raconter, histoire de détendre l'atmosphère, Alberto a su démontrer un grand dévouement, une dé-



termination et une grande générosité auprès de ses unités et de sa communauté chrétienne Protestante Emmanuel.

Alberto, bien que ton contrat se termine à la fin mars, tu conti-

nueras d'être un membre à part entière de l'équipe des aumôniers de la BFC Bagotville. Les portes te seront toujours grandes ouvertes.

Padre (major) Stéphan Moisan



NOM

DOUCETTE, GARY //

DATE D'ENRÔLEMENT
RANG À LA RETRAITE

1971 //
CAPORAL-CHEF //
THE PEI REGIMENT (RCAC) //

DÉPLOIEMENTS

LAHR (ALLEMAGNE) - 2010 //

EMPLACEMENT
TITRE
SERVICE

SUMMERSIDE //
AGENT DE SÉCURITÉ //
2018 À PRÉSENT //

**NOUS CONNAISSONS
LA VALEUR
D'UN ANCIEN
COMBATTANT**

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

aueladuservice.ca

COMMISSIONNAIRES

Un peu plus près de son rêve !

Lorsque le Spectacle aérien international de Bagotville (SAIB) prendra son envol le 22 juin prochain, la lieutenant Mélissa Fortin se rapprochera un peu plus de son rêve de faire un jour partie de la formation de parachutistes des FAC, les SkyHawks.

Elle-même une parachutiste chevronnée, la Lt Fortin sera responsable de faire la liaison entre l'équipe de parachutisme et l'organisation du SAIB. « Je suis très heureuse qu'on m'ait confié ce rôle. Je sais que normalement ce n'est pas à un officier d'administration de faire ce travail, mais j'ai beaucoup insisté pour qu'on me laisse m'occuper des SkyHawks. Cela va me permettre d'en apprendre un peu plus sur leur façon de fonctionner », explique celle qui aimerait bien se joindre à la formation en 2020.

« J'ai entamé les démarches pour rejoindre les SkyHawks, mais c'est compliqué. Lorsqu'on est de l'aviation et qu'en plus on est un officier d'administration à Bagotville, il faut compter sur la collaboration de pas mal de monde pour pouvoir y arriver. Cette année le délai était trop court, mais j'aimerais bien pouvoir faire la saison 2020 », ajoute la Lt Fortin.



La lieutenant Mélissa Fortin, officier d'administration au 3 ESO, aimerait bien prendre part à la saison 2020 de l'équipe de parachutisme des FAC, les SkyHawks.

Parachutiste au civil depuis plus de 12 ans, la Lt Fortin compte plus de 1 100 sauts à son actif. Sa spécialité est la chute libre. Elle a d'ailleurs pris part à l'établissement de quelques records canadiens dans cette discipline au cours des dernières années.

Elle est notamment détentrice, avec 46 autres femmes, du plus gros saut en formation féminine statique en chute libre au Canada établi l'été dernier et compte bien contribuer à battre ce record cette année. Elle détient

aussi le record en saut séquentiel féminin avec 12 autres femmes qui ont accompli 3 formations différentes en un seul saut. Elle a en plus participé au record canadien mixte dans cette discipline avec 101 autres sauteurs.

« J'ai eu la piqure du parachutisme avec mon frère qui m'a amené sauter pour mon anniversaire. Je n'avais jamais pensé que j'aimerais autant ça. Je n'ai jamais arrêté depuis ce temps », raconte la parachutiste.

Se joindre aux SkyHawks serait pour elle une toute nouvelle expérience puisque sauter en formation sous voile comme le fait l'équipe des FAC est une tout autre discipline. « C'est probablement la plus belle équipe de parachutistes au Canada. Ce qu'ils font est contraire à tout ce qu'on apprend en chute libre où on doit se tenir le plus loin possible des autres lorsque les para-

chutes sont ouverts. J'aimerais beaucoup avoir la possibilité de vivre cette expérience d'équipe », explique la lieutenant Fortin.

Rien n'est encore joué pour Mélissa Fortin qui devra compléter l'ensemble des évaluations physiques et des tracasseries administratives, en plus de devoir convaincre ses supérieurs à la suite d'une nouvelle affectation à venir au printemps 2020, mais il y a fort à parier qu'elle ne laissera pas passer son rêve si facilement.

En attendant, elle pourra se plonger un peu dans la vie des SkyHawks au cours du SAIB 2019.

PL
PIÈCES D'AUTOS LTÉE
Auto Parts Plus.
1551, boul. St-Paul, Chicoutimi
549-9775
OUVERT DE 8 H À 18 H TOUTS 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 TOUTS LES JOURS EN SEMAINE
ET LE SAMEDI JUSQU'À 12 H.



À l'été 2018, la Lt Fortin a pris part au saut établissant le record féminin en saut de groupe séquentiel. Les 13 participantes ont réalisé trois formations différentes lors d'un même saut.

MOIS DE LA NUTRITION 2019
LE POUVOIR DE DÉCOUVRIR
LE POUVOIR DE NOURRIR
LE POUVOIR DE RASSEMBLER

Tournée des boîtes à lunch
Tous les midis du mois de mars, le personnel promo santé se promènera au sein des aires de repos de la Base pour vérifier l'équilibre de vos assiettes.

Question de la semaine
À chaque lundi du mois de mars, la Promotion de la santé vous met au défi en vous posant une « Question de la semaine ». Répondez par courriel ou à notre kiosque du Centre récréatif.

Ateliers en nutrition
Chaque vendredi du mois de mars des formations sont données
Inscriptions sur le GRH ou avec nous

Lecture – Nouveau Guide alimentaire Canadien
Lecture disponible (15 minutes) sur le nouveau guide alimentaire canadien, pour vous permettre de bien intégrer les nouveaux principes en alimentation

Capsules nutrition à la fin des entraînements de groupes avec le PSP

Nouveau! Concours Facebook
Inscrivez-vous à notre page facebook **Promotion de la Santé Bagotville Health Promotion** et participez à notre concours! *Un prix réservé pour les participants de concours

Plusieurs prix seront tirés au hasard parmi tous les participants à la fin du mois.
Pour plus d'information, poste 7102 ou promosante@forces.gc.ca

Desjardins
Caisse des militaires

Health Promotion of the Canadian Forces
SPRINTING
LES FORCES
Promotion de la santé dans les Forces canadiennes

Exercice des unités de recherches au sol et de récupération d'aéronefs

Accomplir sa mission malgré la neige et le froid

L'exercice Hibernation, tenu conjointement par les membres des équipes de récupération d'aéronefs et de recherche au sol de la 3^e Escadre de Bagotville, a permis de valider la formation reçue par les membres au cours de la dernière année et de parfaire leur entraînement sur le terrain.

L'exercice s'est déroulé du 18 au 22 février au lac Castor. Pour permettre aux membres des deux équipes de s'entraîner dans un environnement le plus réaliste possible, on avait simulé l'écrasement d'un aéronef avec blessés.

Ex Hibernation a donc débuté avec le déploiement des 19 membres des deux équipes par camion vers le lac Castor. Une fois sur place, grâce aux coordonnées GPS fournies, les membres ont trouvé un chemin d'accès pour acheminer par motoneiges et VTT les secours et le



Les militaires ont dû se déplacer en motoneige et en VTT avec leur matériel pour atteindre le lieu de la simulation à partir des coordonnées fournies.

matériel de récupération d'aéronef vers le lieu de l'écrasement. Un poste de commandement a été érigé près du site afin d'assurer la coordination des opérations.

Au cours des trois jours qu'a duré la simulation, les participants ont dû mettre en pratique

leurs connaissances en survie hivernale, notamment les techniques de feu, de construction d'abris, d'habillement, de déplacement à motoneige et en VTT, de premiers soins et de « tracking » hivernal.

Des enseignements pratiques et théoriques ont aussi été dispen-

sés en décontamination d'un site d'écrasement.

Pour l'officier responsable de l'exercice, le Lt Marc-Antoine Pelletier, ce genre d'entraînement est indispensable au bon fonctionnement des deux équipes impliquées. « Cela permet de resserrer les liens entre les membres des deux équipes qui doivent souvent travailler ensemble lors d'une situation d'urgence semblable à celle que nous avons simulée », explique l'officier de l'Équipe de récupération d'aéronefs de la 3^e Escadre.

En effet, lors de l'écrasement d'un aéronef, le travail de l'Équipe de recherche au sol, conjointement avec les unités de recherche et sauvetage, est de retrouver les personnes et de leur porter assistance le plus rapidement possible. De son

côté l'Équipe de récupération d'aéronef, comme son nom l'indique, doit se rendre sur le terrain pour récupérer les débris de l'appareil et décontaminer le site en assistant les enquêteurs lorsque cela est requis.

Comme la région est couverte de neige plusieurs mois par années, un exercice hivernal est donc essentiel au maintien des connaissances des membres qui peuvent à tout moment être appelés à intervenir dans ces conditions.

C'est pourquoi une partie importante de l'exercice a notamment été consacré à la formation à la conduite de motoneige et aux techniques de survie en hiver.

Mentionnons que l'Équipe de recherche au sol est commandée par l'adjum Vincent Allain.



Les participants ont dressé un campement et mis en pratique plusieurs techniques apprises au cours de leur formation.

Ex Hibernation at Lac Castor

Ex Hibernation, held jointly by members of the 3 Wing Bagotville Aircraft Recovery Team and Ground Search Teams, validated the training received by members over the last year and completed their training in the field.

The exercise took place from February 18 to 22 at Lac Castor. To allow members of both teams to train in the most realistic envi-

ronment possible, the crash of an aircraft with injuries had been simulated.

During the three days of the simulation, the participants had to put into practice their knowledge of winter survival, including fire, shelter, clothing, snowmobile and ATV first aid and winter tracking.

Practical and theoretical lessons were also given in decontamination of a crash site.

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**

PROGRAMME **PLEIN AIR** **2018-2019** **HIVER**

Pour profiter des activités du Programme plein air vous devez posséder: la carte Plan Sports & Loisirs (Seules les cartes Oranges ou Bleues sont acceptées)

La Carte PSL magnétique est la seule carte d'identité pouvant être utilisée pour le programme plein air.

Faites faire votre carte le plus tôt possible. N'attendez pas à la dernière minute.

Billets et cartes de saison en vente du lundi au vendredi de 10 h 15 à 21 h et les samedi & dimanche de 9 h à 16 h.

Aucun remboursement de billet ou carte de saison ne sera accordé.

Le programme s'adresse aux militaires et employés civils de la BFC Bagotville ainsi qu'à leur famille immédiate, conjoint(te), enfant de moins de 26 ans vivant à la même adresse civique et chaque membre doit posséder sa carte PSL magnétique.

Vous devez présenter votre carte d'identité PSL par billet par personne, à chaque endroit où vous ferez une activité offerte dans le cadre du Programme Plein Air Hiver. Si vous vous rendez à votre site d'activité et que vous oubliez votre carte PSL magnétique, les gens aux guichets n'accepteront pas les billets à prix réduit que vous leur présenterez.

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

Le prix du billet ou carte de saison peut varier en raison d'un changement de prix sur la TPS et/ou la TVQ.

Pour information:
Mme Claire Deschênes,
au 418-677-4000 poste 7581.
Comptoir Plan Sports & Loisirs, 418-677-4000
poste 7980.

Ski et sports de glisse

Sites & Activités	Prix régulier	Prix Plan Sports & Loisirs
-------------------	---------------	----------------------------

Mont Édouard (418-272-2927) - Boutique de ski : 418-608-8484

Remontée journée adulte	56,34 \$	34 \$
Remontée journée étudiant 14-23 ans	44,84 \$	26 \$
Remontée journée enfant 7-13 ans	31,04 \$	16 \$
Remontée journée enfant moins de 6 ans	Gratuit	Gratuit
Location journée ski et planche	40,24 \$	18 \$
Accès Haute-route	33,34 \$	16 \$
Location - ski haute-route (guide non inclus)	65 \$	36 \$

Les militaires d'autres bases en visite bénéficient de 20% de rabais au guichet.

Le Valinouët (1-866-260-8254)

Remontée journée adulte	52 \$	39 \$
Remontée journée étudiant 16 – 23	44 \$	34 \$
Remontée journée enfant 6 – 15	31 \$	22 \$
Remontée journée enfant /moins de 5 ans	Gratuit	Gratuit
Location journée ski et planche	40,24 \$	18 \$
Glissade en tube (3 heures)	13,50 \$	7 \$

Mont Bélu (418-697-5090)

Remontée journée adulte	29,89 \$	9,99 \$
Remontée journée étudiant (25 ans & -)	24,14 \$	9,99 \$
Remontée journée enfant (6 à 12 ans)	21,84 \$	9,99 \$
Remontée journée enfant (5 ans et -)	Gratuit	Gratuit
Location ski / planche journée (bâtons en sus)	28,74 \$	19 \$
Remontée ½ journée adulte	24,14 \$	9,99 \$
Remontée ½ journée étudiant (25 ans & -)	18,40 \$	9,99 \$
Remontée ½ journée enfant (6 à 12 ans)	16,10 \$	9,99 \$
Remontée ½ journée enfant (5 ans et -)	Gratuit	Gratuit
Location ski / planche ½ journée (bâton en plus)	23 \$	15 \$

Passe de Saison (Contrat de vente au comptoir PSL)

Adulte 18 ans & +	359,87 \$	195 \$
Étudiant 6 - 23 ans	255,25 \$	100 \$

Mont Fortin (418-546-2170)

Remontée journée adulte 18 ans & +	15 \$	9,99 \$
Remontée journée étudiant 6 – 23 ans	10 \$	5 \$
Remontée journée enfant – 5 ans	Gratuit	Gratuit
Location ski, planche, mini-ski journée	25 \$	15 \$
Remontée ½ jour ou soir, adulte 18 ans & +	13 \$	8 \$
Remontée ½ jour ou soir, étudiant 6 - 23 ans	8 \$	4 \$
Remontée ½ jour ou soir, enfant – 5 ans	Gratuit	Gratuit
Location ski, planche, mini-ski ½ jour. ou soir	20 \$	12 \$

Glissade en tube (Samedi et dimanche de 13 h à 16 h)

Glissade 3 h adulte 16 ans & +	9 \$	5 \$
Glissade 3 h étudiant 15 ans & -	6 \$	3 \$

Mont Lac Vert (418-344-4000)

	Jour / 4 h	Jour
Remontée adulte 18 ans +	39 \$ / 35 \$	23,99 \$
Remontée étudiant 13 - 23 ans	34 \$ / 30 \$	21 \$
Remontée enfant 6 – 12 ans	29 \$ / 25 \$	15 \$
Remontée enfant – 5 ans	Gratuit	Gratuit
Location ski / planche / blade Adulte	26 \$	16 \$
Location ski / planche / blade Étudiant	22 \$	13 \$
Location ski / planche / blade Junior	19 \$	9,99 \$

	Soir	Soir
Remontée pour tous	15 \$	9,99 \$
Remonté — enfant moins 5 ans	Gratuit	Gratuit
Location pour tous	15 \$	5 \$
Glissade en tube pour tous (3 h)	17 \$	9 \$

Sites & Activités	Prix régulier	Prix Plan Sports & Loisirs
-------------------	---------------	----------------------------

Parc Rivière-du-Moulin (418-698-3235)

Randonnée ski de fond (adulte 18+)	8 \$	3 \$
Randonnée ski de fond (13-17 ans)	5,50 \$	3 \$
Randonnée ski de fond (enfant 5ans & -)	Gratuit	Gratuit
Location ski de fond (Gratuit pour 12 ans et -)	11 \$	4 \$
Location raquettes (Gratuit pour 12 ans et -)	6 \$	2 \$
Passe de saison adulte	60 \$	30 \$
Passe de saison 17 ans et moins	40 \$	20 \$

Pour le parc Rivière-du-Moulin, la carte Accès Saguenay est obligatoire. (Gratuite pour les résidents de la ville dans les bibliothèques publiques) La carte coûte 50 \$ pour 2 ans aux non-résidents de Saguenay.

Bec-Scie (418-697-5132)

Ski de fond adulte	10 \$	4 \$
Ski fond jeunes (18 ans et moins)	Gratuit	Gratuit
Randonnée raquette adulte	4 \$	1 \$
Randonnée raquette (18 ans et moins)	Gratuit	Gratuit
Location ski de fond (12 ans et - Gratuit)	11 \$	4 \$
Location raquettes (12 ans et - Gratuit)	7 \$	2 \$

Le Norvégien (418-546-2344)

Ski de fond adulte 18 ans & +	9 \$	4 \$
Ski de fond étudiant (13 à 17 ans)	6 \$	3 \$
Ski de fond enfant (12 ans et moins)	Gratuit	Gratuit
Location ski de fond (Gratuit 12 ans & -)	11 \$	4 \$
Accès raquettes (Gratuit 12 ans & -)	3,75 \$	1 \$
Location raquettes (Gratuit 12 ans & -)	9 \$	3 \$

Autres sports et activités

Sites & Activités	Prix régulier	Prix PSL
-------------------	---------------	----------

Île du quilleur, La Baie (418-544-6678)

1 Allée de grosses quilles, 1 heure / 6 pers max	22 \$	9 \$
--	-------	-------------

Carrefour du quilleur, Jonquière (418- 548-3358)

1 Allée de grosses quilles, 1 heure / 6 pers max	20,50 \$	9,99 \$
--	----------	----------------

Centre Joseph-Nio, Chicoutimi (418-543-3768)

1 Allée grosses ou petites quilles, 1 h / 6 pers	20 \$	6 \$
--	-------	-------------

Pêche blanche, Secteur Grande Baie (418-544-4655)

Sébaste / éperlan (1 cabane pour 4 personnes)	97,72 \$	55 \$
---	----------	--------------

Musée du Fjord, La Baie (418-697-5077)

Adulte (18 ans & +)	15 \$	6 \$
Jeune (6 à 17 ans)	8,50 \$	3 \$
Enfant (5 ans et moins)	Gratuit	Gratuit

Zoo de Falardeau (418-673-4602)

Accès et visite guidée — **Réservation obligatoire avant d'acheter vos billets** (départs 10 h et 13 h)
www.zoodefalardeau.com

14 ans et +	20 \$	17 \$
2 à 13 ans	10 \$	6 \$
Enfant moins de 2 ans	Gratuit	Gratuit

Voir la suite des activités en page 8

English version of this program is available at Sports and Recreation Desk

Les partenaires du plan sports et loisirs

La section des loisirs a conclu plusieurs partenariats dans d'autres sites et pourvoyeurs d'activités de la région qui ne font pas partie du Programme plein air de rabais avec les billets achetés au comptoir PSL.

Ces sites désirent vous faire bénéficier de rabais directement à leur guichet. Tous les endroits énumérés ci-après seront très heureux de vous accueillir cet hiver.

ATTENTION

Peu importe le site d'activité, les consignes demeurent les mêmes

Pour profiter du rabais directement au site d'activité

Lorsque vous appelez pour réserver, vous devez mentionner que vous êtes de la BFC Bagotville et que vous avez votre carte PSL

Chaque personne doit présenter sa carte PSL orange ou bleue.

Site d'activité	Description	Rabais
Yuzu sushi, Chicoutimi 418-543-5522 1446 Boul. Talbot	Sushi Rabais sur certaines variétés de sushi en tout temps. Appeler pour connaître les détails www.yuzusushi.ca	% AED lors de l'appel ou de la visite
Cinéma Odyssée, Place du Royaume Chicoutimi 418-543-0055 1401 Boul. Talbot Chicoutimi	Représentation en anglais les jeudis soirs et les 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 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	

Sites & Activités

Prix
régulier

Prix
Plan Sports
& Loisirs

Savana Centre d'amusement, Chicoutimi
418-696-1111 1756 rue Fabien - Local B

Méga structures de jeux intérieurs sécuritaires
Plus de détails : www.savainc.ca

12 à 35 mois	4,60 \$	3 \$
3 à 14 ans	13,80 \$	8 \$
Accompagnateur 15 ans & plus	6,90 \$	3 \$

SKP — Mini golf Chicoutimi 418-693-3334

Du jeudi au vendredi de 12 h à 20 h
Samedi et dimanche de 10 h à 18 h

Réservation obligatoire avant d'acheter vos billets

Adulte (16 ans et +)	12 \$	5 \$
Junior (15 ans et moins)	8,50 \$	3 \$

Aquafun, Le Montagnais, Chicoutimi
418-543-1521

Parc aquatique intérieur
Consulter le site pour plus de détails :
www.lemontagnais.qc.ca

Accès 3 ans & plus / Access 3 y/o & more	13 \$	6 \$
--	-------	------

Mille lieux de la colline, Chicoutimi
418-698-7000

Enfant 2 à 12 ans	7,50 \$	4 \$
Adultes (13 ans et plus)	5,75 \$	3 \$

Beta Crux — 370, Ste-Anne, Chicoutimi
418-590-7598 (www.betacrux.ca)

Escalade de blocs

Accès journalier		
13 ans et plus	18,40 \$	12 \$
Étudiant (avec carte d'identité)	16,10 \$	8 \$
12 ans et moins	9,77 \$	4 \$

INFO-MESS — mars - avril 2019

MESS DES OFFICIERS

Mars

Vendredi 15 mars — Café du commandant
Jeudi 21 mars — Luncheon
Vendredi 22 mars — Café du commandant
Mercredi 27 mars — Café du commandant (grand salon)
Vendredi 29 mars — Café du commandant

Avril

Bingo des officiers (détails à venir)

MESS DES ADJ/SGTS

Mars

Jeudi 21 mars — Café des chefs
Vendredi 15 mars — DMCV
Vendredi 29 mars — DMCV

Avril

Jeudi 4 avril — Café des membres

MESS DES RANGS JUNIORS

Mars

Jeudi 21 mars — Café des membres
Vendredi 15 mars — DMCV
Vendredi 29 mars — DMCV

Vendredi 30 mars

Soirée humoristique à la Barn à 19 h
Billets en vente à l'administration des mess (Bâtisse 87)

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

Site d'activité	Description	Rabais
MAJO SPORT Studio Chicoutimi 763 rue Alma Chicoutimi 418-557-2209 Studio Jonquière 2303 rue Sir Wilfrid-Laurier Jonquière 418-557-2209	Majo Sport, c'est quoi? C'est plusieurs activités sportives spécialisées passant du Yoga au Pôle fitness. Ici, on s'entraîne pour soi et dans le but de mener un vie riche en expériences stimulantes et valorisantes. Dans un climat dynamique, accueillant et propice à la performance, chacun y trouve une passion adaptée à ses besoins et ce, dans le confort de sa propre spiritualité et ses valeurs. Chez nous, on aborde l'entraînement autrement et on repense l'activité physique. On te permet de te libérer de tes charges mentales , en plus de prendre soin de ton corps et de ton esprit. Consultez leur magnifique site web pour connaître toute la programmation et avoir plus de détails. *INSCRIPTION POUR LES ACTIVITÉS EN LIGNE* www.majosport.com Adultes Yoga, Pole Fitness, Ninja Warrior, Mindful Warrior, Cours de remise en forme (en groupe), Air Yagalates, Yoga chaud Enfants Ninja Warrior Jeunesse (7 ans +), Air Fitness Jeunesse (9 ans +) Ninja Parents-enfants, Mini-Yogi	Directement au site d'activité 10% de rabais
Site d'activité	Description	Rabais
Beta Crux, Chicoutimi 418-590-7598 370 rue Ste-Anne, Chicoutimi	Centre d'escalade de bloc . Rabais à l'achat d'une passe mensuelle ou annuelle Pour connaître les détails des activités et la tarification : www.betacruz.ca https://www.facebook.com/BetaCruxEscalade/	15% de rabais
Site d'activité	Description	Rabais
Ferme 5 Étoiles, Sacré-Cœur 1-877-236-4551 465 Route 172 W Sacré-Cœur	Centre de vacances, Ferme 5 étoiles Activité no 1 : Traîneau à chiens Activité no 2 : Motoneige sur le Fjord du Saguenay Activité no 3 : Rencontre avec les loups Activité no 4 : Pêche blanche en famille Activité no 5 : Raquettes Activité no 6 : Spa, massage & détente Activité no 7 : Cabane à sucre traditionnelle Pour connaître les détails des activités et la tarification : www.ferme5etoiles.com	15% de rabais
Site d'activité	Description	Rabais
Centre Multi-forme d'Arvida 418-699-6182 2748 De Lasalle Arvida	Centre de conditionnement physique La personne inscrite peut aller (forfait à volonté) à la salle d'entraînement et aux cours offerts sur la grille-horaire. Zumba, spinning, mise en forme boxe, Cross fit, Pilates, cardio-pilates, yoga etc. https://www.facebook.com/multiformearvida	15% de rabais
Site d'activité	Description	Rabais
Massothérapie, Mélanie Thériault 418-817-7544 Place Centre-Ville Jonquière, 3880, boulevard Harvey, local 2180	Massothérapie Massage suédois, Détente, Thérapeutique, Sportif, Femme enceinte, Enfant Reçu pour assurances Ne peut être jumelé à toute autre promotion massotherapiemt.com	10 \$ de rabais
Sylouette Pilates & massothérapie Sylvie Ouellette 418-290-2700	Pilates & massothérapie - Instructrice certifiée Pilates et massothérapeute - Appeler pour connaître la programmation et réserver votre place - Ne peut être jumelé à toute autre promotion https://www.facebook.com/Sylouette-Pilates-Massotherapie	Pilates 10% de rabais Masse-thérapie 5% de rabais
Site d'activité	Description	Rabais
Lavanya Yoga Louise Boudreault 418-944-9644 361 rue Albert, La Baie	Lavanya Yoga Session complète (15 semaines) sur les cours de yoga (Initiation, Découverte, Progression, prénatal, Post natal, maman bébé, Massage bébé). Appeler pour connaître la programmation et réserver votre place Ne peut être jumelé à toute autre promotion www.facebook.com/yogasaguenay/	10% de rabais
La Maison Pilates, Chicoutimi Guy Bouchard 418-693-5180	La Maison Pilates Activités Zumba Pilates, Pilabox, Pilabar Appeler pour connaître la programmation et réserver votre place Ne peut être jumelé à toute autre promotion www.guybouchard.com	10% de rabais

Site d'activité	Description	Rabais
Tir à l'Arc Saguenay 418-812-6013 3223 chemin du Plateau-Nord Chicoutimi	Tir à l'Arc Saguenay Initiation — Perfectionnement — Pratique Pour enfant & adulte Activité au centre communautaire: Les mardis soirs de 18 h à 20 h Inscription Adulte Toutes activités de Tir à l'arc Saguenay Location d'arc recourbé (annuel) Jeunes Activités au Centre communautaire Toutes activités de Tir à l'arc Saguenay www.arcsaguenay.com	 125 \$ 100 \$ 195 \$ 325 \$



PHOTO : IMAGERIE CPLC PICARD



PHOTO : IMAGERIE CPL GAGNÉ

Le SAIB au Sags

Le club de hockey junior majeur des Saguenéens de Chicoutimi a accueilli la communauté militaire de Bagotville et l'organisation du Spectacle aérien international de Bagotville le 2 mars dernier au Centre Georges Vézina pour une soirée bien spéciale. Près de 400 membres de la BFC Bagotville se sont joints au 4 500 spectateurs pour le match contre le Phoenix de Sherbrooke. En plus d'un survol de l'aréna par des CF-18 et de quelques autres démonstrations, plus de 300 casquettes du SAIB ont été distribuées.

Badminton

Lors du récent championnat régional, le cpl Luis Muxart Hund (en haut) et le cplc Steve Picard ont été sélectionnés pour représenter Bagotville au sein de l'équipe du Québec lors des prochains championnats nationaux qui se tiendront ce printemps.

Bal du commandant

Le traditionnel Bal du commandant s'est déroulé le 16 février dernier sous le thème des années 20. En haut, le comité organisateur de l'événement, qui fut un grand succès. Sur la photo du bas, le colonel honoraire Jim Killin en compagnie du commandant de la BFC Bagotville et de la 3^e Escadre, le colonel William Radiff. Aviateur au plus profond de lui, le commandant a choisi d'incarner Charles Lindbergh, le premier aviateur à traverser l'Atlantique en 1927.



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



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



mars — avril

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
				14 Parents-enfants : gymnase Teen Town : Sports PSP (12 à 17 ans)	15 Café douceur Journée des femmes – Halte-répît gratui- te, inscription obligatoire Teen Town : activités libres (12 à 17 ans)	16 Activité pères-enfants : Construis ta cabane d'oi- seau ! (gratuit) Teen Town : soirée film (9 à 11 ans et 12 à 17 ans)
17	18 Atelier La dépression est réversible, à 18 h 30	19 Parents-enfants : jeu libre Teen Town : souper « On jase » — on se fait une pou- tine (9 à 11 ans)	20 Parents-enfants : L'heure du conte (Biblio. de La Baie) Ateliers en employabilité : Estime de soi Teen Town : activités libres (9 à 11 ans 12 à 17 ans)	21 Parents-enfants :bricolage Teen Town : souper « On jase » — on se fait une poutine (12 à 17 ans)	22 Café réseautage Teen Town : activités libres (12 à 17 ans)	23 Journée multiexpériences pour les 7-8 ans Période de répît (12 h à 16 h) Teen Town : activités libres (9 à 11 ans 12 à 17 ans)
24	25	26 Parents-enfants : jeu libre Teen Town : activités libres (9 à 11 ans)	27 Parents-enfants : bricolage Ateliers en employabili- té :Visite en entreprise (sortie 1) Teen Town : activités libres (9 à 11 ans 12 à 17 ans)	28 Parents-enfants : gymnase Teen Town : Sports PSP (12 à 17 ans)	29 Teen Town : sortie au cinéma (12 à 17 ans)	30 Teen Town : activités libres (9 à 11 ans et 12 à 17 ans)
31	1 ^{er} avril	2 Teen Town : à déterminer	3 Ateliers en employabilité : Visite en entreprise (sortie 2) Teen Town : à déterminer	4 Atelier de préparation à la mutation Teen Town : à déterminer	5 Café réseautage Teen Town : à déterminer	6 Teen Town : à déterminer
7	8	9 Teen Town : à déterminer	10 Ateliers en employabilité : Recherche d'emploi et ré- seautage Teen Town : à déterminer	11 Teen Town : à déterminer	12 Teen Town : à déterminer	13 Teen Town : à déterminer

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

ACTIVITÉS DE
PÂQUES

Renseignements : 418 677-7468.

EASTER
ACTIVITIES!

Information: 418-677-7468

Afin que vos jeunes puissent célébrer Pâques en grand, le CRFM de Bagotville leur propose des activités spécialement conçues pour leur groupe d'âge :

To celebrate Easter in style, the Bagotville MFRC is organizing fun activities for your youngsters:

Chasse aux cocos et autres activités Pour les 6 ans et moins 13 avril, de 9 h 30 à 11 h 30 3 \$ par enfant Gratuit pour les 18 mois et moins Centre communautaire (CRFM) Inscription et paiement obligatoires avant le 5 avril	DANSE POUR LES 7 À 12 ANS ! 12 avril, de 18 h 30 à 21 h Sans les parents ! 3 \$ par enfant Salle du Mini-Jag (bât. 87 de la BFC Bagotville) Aucune inscription requise Paiement lors de l'activité	Egg Hunt and Other Activities For children aged 6 and under April 13, from 9:30 a.m. to 11:30 a.m. \$3 per child Free for toddlers under 18 months Community centre (MFRC) Registration and payment Required before April 5	DANCE FOR 7- TO 12-YEAR-OLDS! April 12, from 6:30 p.m. to 9:30 p.m. Without the parents! \$3 per child Mini-Jag room (bldg. 87 of the CFB Bagotville) No registration required Payment on the spot
--	--	---	--

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



Rencontrez Votre Ombudsman

Meet Your Ombudsman

Nous serons à la

BFC Bagotville

du 25 au 29 mars 2019

We're coming to

CFB Bagotville

March 25 - 29, 2019

Ombudsman

Défense nationale et
Forces armées canadiennes



National Defence and
Canadian Armed Forces



WE ARE READY TO HELP.
NOUS SOMMES PRÊTS
À VOUS AIDER.

1-888-828-3626
OMBUDSMAN.FORCES.GC.CA



Canada