

le **VORTEX** de Bagotville



Volume 15 Numéro 2

LE JOURNAL DE LA BASE DES FORCES CANADIENNES DE BAGOTVILLE

FÉVRIER 2020



Force opérationnelle aérienne de l'opération IMPACT

**Les membres de la troisième rotation
en formation à Bagotville**

page 3

Le début d'une belle histoire entre autochtones et militaires... page 2

Nouveau service de soutien pour le personnel civil inauguré... page 5

Une première : la 2^e Escadre dans le Nord canadien... page 7



MICHELIN

VENTE DE FIN DE SAISON

JUSQU'AU 29 FÉVRIER 2020

OBTENEZ

100\$ EN REMISE POSTALE

À L'ACHAT DE 4 PNEUS DE LA FAMILLE X-ICE^{MD} DE MICHELIN^{MD}

ÉCONOMIES ET CONFIANCE POUR LES HIVERS À VENIR!

*Cette offre ne peut être jumelée à aucune autre offre. Passez nous voir au Garage Jean-Pierre Tremblay pour tous les détails.



Possibilité de financement
en collaboration avec
CANEX



**PNEUS+
MÉCANIQUE**

Garage

Jean-Pierre Tremblay

La Baie
2460, rue Bagot
418-544-4455

Chicoutimi
1737 boul. Talbot
418-545-4455

Le début d'une belle histoire!

Le 15 janvier dernier, dix membres du Centre d'amitié autochtone du Saguenay, accompagnés de leur coordonnatrice de la vie communautaire et de leur professeure, ont visité la 3^e Escadre et la BFC Bagotville. Cette visite avait pour objectif de permettre aux membres du Centre d'amitié autochtone Saguenay de mieux comprendre les rôles et mandats de la BFC Bagotville et de continuer à développer les liens entre les deux organisations.

Collaboration spéciale
Slt Keven Trotter
Affaires publiques

« Afin de promouvoir une compréhension réciproque entre les peuples autochtones et non autochtones et de favoriser une sensibilisation interculturelle, il est important de créer des rapprochements entre les peuples et d'éliminer l'incompréhension », mentionne, la commandant adjoint de la base et Championne de l'équité en matière d'emploi, la Lcol Annie Malouin.

La Lcol Malouin joue un rôle très important pour contribuer aux objectifs ministériels des programmes de l'équité en matière d'emploi du MDN et des FAC.

Selon elle, l'adoption d'une vision plus large est cruciale et les valeurs adoptées par les nations autochtones peuvent apporter beaucoup à la vision des FAC, car elles s'en rapprochent grandement. Entre autres, on y retrouve la famille, la protection du territoire et la gestion durable. Interrogée sur la question de l'incompréhension qui parfois peut miner les rapports avec autrui, la Lcol Malouin soulignait : « Ce que tu connais, tu le comprends et tu n'en as pas peur ; la peur est notre ennemie. »

C'était unanime, la visite des installations de la BFC Bagotville, de la tour de contrôle et les présentations mettant de l'avant un CF-18 et un hélicoptère Griffon étaient, en date d'aujourd'hui, la plus belle activité à laquelle ont participé les membres du Centre d'amitié

PHOTO : IMAGERIE CPL GAGNÉ



Lors de leur visite, les membres du Centre d'amitié autochtone du Saguenay se sont rendus au hangar 3 pour voir un CF-18 et un hélicoptère Griffon. Ils ont par la suite visité la tour de contrôle.

tié autochtone du Saguenay. Pour ajouter au succès, trois personnes sont maintenant enthousiastes à l'idée de possiblement se joindre aux rangers canadiens.

À la suite de cette visite, la coordonnatrice de la vie communautaire au Centre d'amitié autochtone du Saguenay, Karine Cleary, a tenu à remercier tout le personnel de la BFC Bagotville pour son accueil très chaleureux. Selon elle, non seulement la visite fut une activité très réussie, mais aussi « une expérience magique, le début d'une belle histoire ».

Ainsi, la collaboration entre les peuples autochtones et non autochtones s'amorce en beauté et continuera de tisser des liens étroits grâce, entre autres, à des activités telles que le dîner régimentaire prévu ce printemps, lequel réunira 11 nations autochtones du Québec et leur culture culinaire autour de 11 tables. Ainsi, un grand pas est fait pour rapprocher des peuples aux valeurs pas si différentes et les amener ensemble vers une vision commune plus large.

The beginning of a beautiful story

On January 15, ten members of the Centre d'amitié autochtone du Saguenay (the local Native Friendship Center), accompanied by their community life coordinator and their teacher, visited 3 Wing and CFB Bagotville. The purpose of the visit was to enable members of the Center to better understand the roles and mandates of CFB Bagotville and to continue to develop ties between the two organizations.

"In order to promote mutual understanding between Indigenous and non-Indigenous peoples and to foster intercultural awareness, it is important to create bridges between peoples and eliminate misunderstanding," said, the deputy base commander and Champion. Employment Equity, LCol Annie Malouin.

According to her, adopting a broader vision is crucial and the values adopted by Aboriginal nations can add much to the vision of the CAF, since they are very close to it. Among

other things, we find family, land protection and sustainable management. Asked about the issue of misunderstanding which can sometimes undermine relationships with others, LCol Malouin emphasized: "What you know, you understand and you are not afraid of it; fear is our enemy."

Following this visit, the coordinator of community life at the Centre d'amitié autochtone, Karine Cleary, thanked all the personnel of CFB Bagotville for their warm welcome. According to her, not only was the visit a very successful activity, but also "a magical experience, the beginning of a great story".

Collaboration between Indigenous and non-Indigenous peoples is starting in style and will continue to forge close ties, among other things, through activities such as the regimental dinner scheduled for this spring, which will bring together 11 Indigenous nations of Quebec and their culture. Culinary around 11 tables.

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: 12 mars 2020
Date de tombée pour la prochaine édition:
Mardi 3 mars

Les membres du quartier général de la FOA IMPACT ROTO 3 à Bagotville

Entraînement poussé avant le départ pour le Koweït

Du 3 au 14 février, les membres de l'état-major du QG de la Force opérationnelle aérienne IMPACT (FOA-I) ROTO 3 se sont rassemblés au Centre d'entraînement Boyd à Bagotville afin de participer à un entraînement collectif, dans un environnement réaliste.

Collaboration spéciale
Capt Mario André
2 ERE

Cette formation a été mise sur pied par les membres du 2^e Escadron d'entraînement expéditionnaire aérien (2 EEEA), en collaboration avec le Centre de guerre aérospatiale des Forces canadiennes et l'Équipe d'évaluation et de normalisation – Préparation expéditionnaire de la Force aérienne. Ensemble, ils ont élaboré un entraînement prédéploiement en blocs d'apprentissage de plus en plus complexes représentant le plus fidèlement possible l'opération. L'entraînement a pour objectif de s'assurer que les membres de la FOA-I seront prêts, réactifs, pertinents et agiles pour contri-



PHOTO : IMAGERIE CPLC PICARD

Le bgén Huddleston, commandant adjoint de la 1^{re} Division aérienne du Canada (1 DAC), et le colonel Girouard, commandant de la 2^e Escadre, rencontrent l'équipe de formation au Centre d'entraînement Boyd, à Bagotville, le 3 février 2020.

buer au soutien des opérations de vol de l'Opération IMPACT.

Afin d'épauler les entraîneurs chevronnés du 2 EEEA et de rendre l'exercice encore plus réaliste, plusieurs experts pro-

venant de partout au Canada et du théâtre d'opérations actuel se sont déplacés pour contribuer à la mise en œuvre et la conduite de l'entraînement.

Au début de la formation, le 3 février, le commandant adjoint de la 1^{re} Division aérienne du Canada, le brigadier général Iain Huddleston, accompagné du commandant de la 2^e Escadre, le colonel Luc Girouard, sont passés par le centre Boyd afin de s'adresser au personnel de la FOA-I ainsi qu'à l'ensemble du personnel instructeur.

Ils ont tous deux souligné la qualité exceptionnelle du personnel attaché à cette mission, le professionnalisme des membres et l'importance de la mise sur pied de FOA. Ils ont aussi remercié les membres de FOA-I pour leur engagement, affirmant que cette équipe représente une capacité essentielle qui se doit d'être prête et agile à réagir et à s'adapter rapidement afin de soutenir la mission demandée.

La préparation des forces opérationnelles est essentielle au bon déroulement des opéra-

tions et se doit d'être effectuée afin d'assurer qu'elles peuvent opérer avec succès. Pour générer des forces, les Forces armées canadiennes (FAC) doivent concentrer leurs efforts et leurs ressources sur des activités préparatoires des plus efficaces. Les entraînements collectifs comme celui qui s'est déroulé à Bagotville sont la méthode fondamentale utilisée pour fournir aux membres des FOA l'expérience, la confiance et la formation nécessaires pour mener à bien les missions qui leur sont assignées.

Rappelons que l'opération IMPACT s'inscrit dans l'approche du Canada adoptée au Moyen-Orient. Elle représente la participation des FAC à la Force de stabilisation dans la

région, qui vise à contrer Daesh (l'organisation État islamique en Irak et en Syrie). L'opération IMPACT comprend des opérations aériennes, fournit de l'instruction et de l'aide aux forces de sécurité irakiennes, renforce les capacités des forces régionales et appuie la coalition au moyen de personnel hautement qualifié.

La Force opérationnelle interarmées IMPACT (FOI-I) est responsable du commandement et du contrôle national des quelque 850 personnes déployées dans le cadre de l'opération IMPACT, y compris du NMI (mission de l'OTAN en Irak), et de la coordination des opérations avec le QG de la Coalition mondiale.

ATF-I ROTO 3 in training in Bagotville

From February 3 to 14, members of Air Task Force IMPACT (ATF-I) ROTO 3 HQ gathered at the Boyd Training Center in Bagotville to participate in group training, in a realistic environment.

This training was organized by members of 2 Air Expeditionary Training Squadron (2 AETS), in collaboration with several partners. The goal of the training is to ensure that ATF-I members are ready, responsive, relevant and agile to help support Op IMPACT flight operations.

At the start of training, on February 3, the deputy commander of 1 CAD, Brigadier General Iain Huddleston,

accompanied by the commander of 2 Wing, Colonel Luc Girouard, passed by the Boyd Center to address the personnel of the ATF-I as well as to all the instructing personnel.

They both underlined the exceptional quality of the personnel attached to this mission, the professionalism of the members and the importance of setting up ATF.

Remember that Operation IMPACT is part of Canada's approach to the Middle East. It represents the participation of the CAF in the Stabilization Force in the region, which aims to counter Daesh (the Islamic State organization in Iraq and Syria).





**ÉQUIPE
LAVOIE²**

Marylène Boivin
Courtier immobilier résidentiel
Bilingue

T 418 543 5511
C 418 944 9533
F 418 543 3656
mboivin@viacapitale.com
www.lavoieaucarre.com



UN **Mot** de l'ADJUDANT-CHEF

Bagotville entame 2020 en force!

Avec son personnel ultra compétent et des capacités opérationnelles de renom, Bagotville entame l'année 2020 en Force!



Par **adjud Pascal Turcotte**
Adjutant-chef de la BFC
Bagotville et de la 3^e Escadre

Le moins que l'on puisse dire c'est qu'on n'a pas beaucoup le temps d'avoir la mine basse en février, avec les missions qui continuent à se succéder à un rythme impressionnant. Avec les opérations au Moyen-Orient, en Afrique et en Europe au cours des derniers mois, la montée en puissance en prévision des opérations outremer de la Force opérationnelle aérienne, la préparation et l'exécution de nombreux exercices, nous n'avons pas beaucoup le temps de penser à nous.

Je ne vous apprend rien, l'Aviation royale canadienne est responsable des opérations de tous les aéronefs des Forces armées canadiennes et possède plusieurs mandats. C'est

un outil essentiel à la défense de la souveraineté canadienne, à la protection de son espace aérien et de l'Amérique du Nord. Les deux escadres de la base militaire de Bagotville étant au cœur de ces obligations, plusieurs unités sont présentement en entraînement ou alors déployées et chargées de l'exécution de plusieurs objectifs de mission. Dès lors, le colonel Gagné et moi saisissons une fois de plus l'occasion de reconnaître le travail exceptionnel de nos membres.

Afin de dresser un portrait de la portée des implications, voici une liste sommaire des exercices et opérations en cours : NORAD et Esc 439 SAR – 24/7, CFS ALERT; Ex Aigle aux Aguets (3 ESM); Ex Alouette Mobile – Esc 425 (AFB Luke, Arizona); Ex Tipic Sauvage – Esc 433 (AFB Luke, Arizona); OP IMPACT (Irak/Koweït); OP FOUNDATION (Qatar); OP ILLUMINATION (Islande); OP REASSURANCE (Lettonie); et, OP CALUMET (Sinai).

Pour nous, qui gardons le fort ici au Saguenay, nous continuons de prendre soin des familles des membres déployés. Il va sans dire que nul ne peut contester l'impact opérationnel et stratégique de nos membres et de nos capacités – un élément dont toute la région peut être fière!

Parlant de fierté, nous souhaitons à tous les membres de la Branche des services de la logistique, qui inclut aussi les membres de la division de l'Administration, un très joyeux anniversaire! L'histoire démontre sans équivoque que votre soutien au combat a été un des facteurs les plus déterminants dans la réussite ou l'échec des interventions de toutes forces armées. Merci pour le travail exceptionnel que vous faites! Votre contribution est cruciale à l'excellence opérationnelle de Bagotville.

Dans cet élan d'appréciation, je me dois de poursuivre avec un énorme MERCI! Lors de la Journée Bell cause pour la cause, la grande famille de Bagotville et la région ont parlé. Vos actions ont permis d'investir plus d'argent en santé mentale et de lutter contre la stigmatisation.

Sur ce, la première semaine de février consacrée à la prévention du suicide m'amène à vous inviter à profiter de chaque bon moment qui passe avec vos proches et à investir sur vous-mêmes. Nous sommes devenus très bons au fil des années pour prendre soin de notre corps et pour soigner ses problèmes, mais nous avons encore beaucoup de travail à faire sur le plan de la santé mentale. Aussi, notre univers un peu macho nous empêche souvent d'en discuter ou de demander de l'aide. En cette période de l'année, pensons-y un peu plus et prenons soin les uns des autres.

L'ingrédient secret se trouve à la fois dans l'amour, la qualité de notre résilience, l'équilibre, le leadership, et bien entendu notre attitude face à l'adversité. La vie nous lance occasionnellement des défis... il y a des choses dont nous avons le contrôle, d'autres non. Cela dit, notre attitude et comment nous décidons d'y faire face nous appartiennent. Il faut se serrer les coudes et faire bravement de ces défis d'illustres opportunités.

En terminant, le colonel Gagné et moi vous souhaitons tous une magnifique Saint-Valentin. Plusieurs d'entre vous sont déployés en exercice ou en opération, mais la St-Valentin peut être célébrée n'importe quand. Nos amoureux/amoureuses et nos petits et grands méritent grandement une attention particulière pour le soutien inconditionnel qu'ils nous donnent!

Merci encore une fois pour votre dévouement, votre détermination, votre professionnalisme et votre leadership! Demeurons consciencieux pour que l'exécution soit efficace et optimale, sans faute et sécuritaire – ensemble, demeurons fort!

Le
légendaire
Restaurant-bar

LE FESTIVAL DU CHÂTEAUBRIAND
LE FESTIN QUI GOÛTE LE CIEL!

4 oz	25 \$
6 oz	30 \$
8 oz	35 \$



Une viande de qualité à un prix inégalé!

Pour réservation : 418 543-6120
1080, boul. Talbot, Chicoutimi (Québec) G7H 4B6

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

***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

Nouveau service de soutien pour le personnel civil

Un Bureau de gestion de l'invalidité (BGI) a été inauguré le 28 janvier au Mess des officiers de la Base Valcartier.

Collaboration spéciale
Édouard Dufour
Journal Adsum - Valcartier

Le mandat de cette nouvelle entité est d'offrir un soutien complet aux employés civils malades, blessés ou souffrant d'une invalidité, de même qu'à leur superviseur ou gestionnaire (qu'il soit civil ou militaire).

La nouvelle entité peut compter sur trois conseillères en gestion de l'invalidité situées

à Valcartier. Celles-ci desservent également Bagotville. Le BGI a pour rôle de soutenir de manière neutre les employés civils de la fonction publique du ministère de la Défense nationale, au Québec, et leurs gestionnaires.

Cette nouvelle équipe est formée de diplômées dans les domaines de la santé mentale, du travail social, ainsi que de la santé et sécurité au travail.

Ces spécialistes fourniront des services proactifs de gestion de cas et de coordination des services concernant différents aspects de l'invalidité au travail dont les accidents, blessures, maladies ou invali-



PHOTO : IMAGERIE VALCARTIER — SGT TURGEON

Un nouveau bureau de gestion de l'invalidité pour soutenir le personnel civil, dont le mandat s'étend aussi à la BFC Bagotville, a été inauguré à Valcartier le 28 janvier dernier.

dités, le rétablissement, le retour au travail, les mesures d'adaptation et la retraite pour raisons médicales.

« Nous allons travailler fort pour présenter nos services et expliquer aux gens comment nous contacter. Nous assurerons une réponse en moins de 48 heures à ceux qui communiquent avec nous », soutient la gestionnaire nationale inté-

rimaire du BGI, Geneviève Francoeur.

« Nous aiderons les employés concernés à revenir progressivement au travail ou à voir ce qui est le mieux pour eux », indique Mme Francoeur.

« On ne joue pas un rôle d'intermédiaire entre l'employé et son employeur, mais plutôt de coordonnateur et de facilita-

teur », précise-t-elle.

« Nous incitons les gens à nous contacter dès l'apparition d'une maladie, d'une blessure ou d'une invalidité. Le BGI a été créé pour vous. N'hésitez pas à communiquer avec notre équipe », déclare avec entrain Geneviève Francoeur. Le numéro de téléphone du BGI : 1 833 893-3388.

New service for civilians employees

An Office of Disability Management (ODM) was launched on January 28 at the Valcartier Base Officers' Mess. The mandate of this new entity is to provide full support to civilian employees who are ill, injured or disabled, as well as their supervisor or manager (whether civilian or military).

The new entity can count on three disability management advisers located in Valcartier. These also serve Bagotville.

This new team is made up of graduates in the fields of mental health, social work, and occupational health and safety. These specialists will provide proactive case management and service coordination services related to various

aspects of disability at work including accident, injury, illness or disability, recovery, return to work, accommodation and retirement for medical reasons.

"We will help the employees concerned to gradually return to work or to see what is best for them," said the interim national manager of the ODM, Ms. Geneviève Francoeur. "We don't play an intermediary role between the employee and his employer, but rather a coordinator and facilitator," she said.

"We encourage people to contact us as soon as an illness, injury or disability occurs," says Geneviève Francoeur.

The ODM telephone number: 1 833 893-3388.

“ COMMISSIONNAIRES RECONNAÎT NOS COMPÉTENCES, NOTRE RANG ET NOTRE VALEUR SUR LE MARCHÉ.

Les opportunités d'emploi chez Commissionnaires ont beaucoup augmenté et pas seulement comme agent de sécurité.

— Réjean Guay, Directeur, Services de conseil avec notre division du Québec

NOUS CONNAISSONS LA VALEUR D'UN ANCIEN COMBATTANT

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

1 877 322 6777 audeladuservice.ca COMMISSIONNAIRES

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

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.

STRENGTHENING THE ENERGISER LES **FORCES**

Éviter l'évitable : parler du suicide sauve des vies

Parler du suicide sauve des vies...C'est le thème qu'abordait la **Semaine nationale de prévention du suicide** qui s'est tenue du 2 au 8 février.

Bien que le suicide soit de moins en moins tabou, ce drame est encore trop souvent vécu dans la solitude et le silence. La personne qui pense au suicide ne veut pas mourir, elle veut cesser de souffrir. Elle croit à tort qu'elle ne vaut rien, que personne ne peut l'aider et que la situation ne changera jamais, ce qui peut l'empêcher de demander de l'aide. Il ne faut donc pas hésiter à l'approcher et la référer.

Saviez-vous que?

- Après avoir subi la plus importante diminution du taux de suicide chez les hommes, les **jeunes âgés de 15 à 19 ans** ont un **taux de suicide relativement stable** depuis une dizaine d'années;
- Le taux de suicide augmente avec l'âge, il atteint son **maximum entre 50 et 64 ans** et diminue par la suite;
- Au Québec, 76 personnes essaient de s'enlever la vie et 3 personnes y parviennent, chaque jour.

Pour enrayer le problème, nous devons renforcer le filet humain autour des personnes vulnérables et utiliser les ressources locales telles que les Sentinelles, les services de santé mentale, le Programme d'aide aux membres et les aumôniers.

La Promotion de la santé donne aussi des présentations sur la prévention du suicide et l'intervention en cas de détresse suicidaire. La formation *Force mentale et sensibilisation au suicide* est toute indiquée pour les membres et les superviseurs (10 mars et 3 juin).

Source : www.commentparlerdusuicide.com

CALENDRIER DES ACTIVITÉS

Février 2020

PROMOTION DE LA SANTÉ

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

Drogues, alcool et jeu

(pour superviseurs)
17 février de 8 h - 16 h ET
18 février de 8 h - 12 h

Respect in the CAF (English Workshop)

February 20th from 8am - 4pm

Bouffe santé pour un rendement assuré

24 février de 8 h - 16 h ET
25 février de 8 h - 16 h

Prévention des blessures sportives

26 février de 13 h - 16 h

Respect dans les FAC

27 février de 8 h - 16 h OU
12 mars de 8 h - 16 h

Force mentale et sensibilisation au suicide

10 mars de 8 h - 16 h

Nutrition 101

13 mars de 8 h - 12 h

Surveillez nos activités le mois
prochain..

**Mars est le mois
de la nutrition**

Les dates de nos ateliers ne
vous conviennent pas?

**FORMEZ VOTRE PROPRE
GROUPE!**

(Minimum 6 participants)

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

Pour information ou inscription
418 677-4000, #7102

Fonds d'aide au développement du milieu Desjardins

Le CRFM reçoit 15 000 \$



Grâce à la contribution de la Caisse des Militaires, les jeunes pourront continuer entre autres de profiter des activités organisées par le Teen Town. Ici, on voit certains de ces jeunes lors d'une activité qui s'est tenue récemment au Centre plein air Lac Pouce.

Le Centre de ressources pour les familles de militaires (CRFM) de Bagotville s'est vu accordé par la Caisse Desjardins des Militaires une aide financière de son nouveau Fonds d'aide au développement du milieu.

Les objectifs de ce Fonds sont centrés sur le bien-être de la

collectivité, ce qui a permis au CRFM de Bagotville de se qualifier pour cette aide financière par la mise en valeur de trois programmes axés sur l'éducation, le soutien familial et la jeunesse.

Les programmes *De tout repos*, *Planque jeunesse pédago* et *Je m'intègre à ma com-*

munauté se sont vu accorder une somme de 15 000 \$ pour l'amélioration de la qualité des services et des activités.

Mme Isabelle Gauthier directrice générale du CRFM de Bagotville a reçu la bonne nouvelle de M. Patrice Bergeron Directeur général de la Caisse des Militaires.

15 000 \$ for MFRC's programs

The Bagotville Military Family Resource Center (MFRC) has received financial assistance from the Caisse des Militaires from its new Community Development Fund.

The objectives of this Fund are centered on the well-being of the community, which has enabled the Bagotville MFRC to qualify for this financial assistance by promoting three programs focusing on education, family

support and youth.

The *De tout repos*, *Planque jeunesse pedago* and *Je m'intègre à ma communauté* programs were awarded \$ 15,000 to improve the quality of services and activities.

Ms. Isabelle Gauthier Director General of the Bagotville CRFM received the good news from Mr. Patrice Bergeron Director General of the Caisse des Militaires.



Un détachement de la 2^e Escadre visite le Grand Nord canadien

Une première mission de reconnaissance réussie

Pour la toute première fois de son histoire, la 2^e Escadre s'est vu confier la tâche d'effectuer des reconnaissances d'aérodromes dans le Nord canadien. L'équipe de la 2^e Escadre a visité, du 27 au 31 janvier 2020, les communautés de Rankin Inlet au Nunavut et de Churchill au Manitoba.

Collaboration spéciale
Lt Maxime Cliche
Affaires publiques 2 ERE

Le but de ces visites était d'élargir la connaissance des aérodromes et des infrastructures situées dans ces communautés afin de faire progresser l'expertise des

Forces armées canadiennes (FAC) en ce qui a trait au Nord canadien et d'être en mesure de mieux servir nos communautés nordiques.

L'équipe de reconnaissance de l'Escadre était formée de divers membres possédant des connaissances uniques. On y retrouvait des membres ayant des compétences dans le domaine de la santé, de la sécurité, de la logistique, et bien d'autres. La diversité des expertises de l'équipe a permis une meilleure collection et analyse des données, permettant ainsi de pouvoir développer la capacité des FAC et de NORAD à assurer la défense du Nord canadien.

En collaboration avec les communautés et les acteurs pan-gouvernementaux de la région, la 2^e Escadre a su mener à bien ses premières reconnaissances nordiques selon le commandant de l'équipe de reconnaissance, le lieutenant-colonel Daniel Gendreau. « Ce genre de reconnaissance offre plusieurs défis puisque le Nord canadien est un milieu complexe où il est difficile d'opérer en raison de son rude climat, de son vaste territoire, et de la faible densité de la population. Il est donc crucial d'amasser le plus de données justes et précises afin de pouvoir développer la capacité des FAC à opérer dans la région », explique le commandant.

Mandatées par l'Aviation royale canadienne, ces reconnaissances sont les premières d'une longue série pour la 2^e Escadre. Ces futures reconnaissances offriront de nouveaux défis et opportunités en raison des changements climatiques et des progrès technologiques, qui rendent la région de plus en plus accessible. Le succès de ces premières reconnaissances sera sans nul doute une base d'assise pour les futures reconnaissances dans le Nord canadien.

ernment stakeholders, 2 Wing successfully completed its first northern reconnaissance, according to the reconnaissance team commander, LCol Daniel Gendreau. "This type of recognition offers several challenges since Canada's North is a complex environment where it is difficult to operate due to its harsh climate, its vast territory, and the low population density. It is therefore crucial to collect as much fair and accurate data as possible in order to develop the CAF's ability to operate in the region," said the commander.

Mandated by the Royal Canadian Air Force, these recognitions are the first in a long series for 2 Wing.

2 Wing in Reconnaissance in the North

For the first time in its history, 2 Wing has been tasked with conducting reconnaissance of aerodromes in Canada's North. The 2 Wing team visited the communities of Rankin Inlet in Nunavut and Churchill in Manitoba from January 27 to 31, 2019.

The purpose of these visits was to broaden the knowledge of aerodromes and the infrastructures located in these communities in order to advance the expertise of the Canadian Armed Forces (CAF) with regard to Canada's North and to be able to better serve our northern communities.

In collaboration with communities and regional gov-



PHOTO : IMAGERIE CPLC PICARD

Les membres de la 2^e Escadre analysent l'environnement aux abords de l'aérodrome de Rankin Inlet au Nunavut.



PHOTO : IMAGERIE CPLC PICARD

Les membres de la 2^e Escadre communiquent avec le directeur de l'aéroport dans le cadre de la reconnaissance d'aérodrome à Rankin Inlet au Nunavut.



PHOTO : IMAGERIE CPLC PICARD

L'équipe de la 2^e Escadre présente à Rankin Inlet au Nunavut dans le cadre de leurs reconnaissances d'aé-

Lisez

le **VORTEX**
de Bagotville

en ligne sur pressdisplay.com ou
emportez-le n'importe où
grâce à Press Reader

L'ACTUALITÉ EN Survolo



PHOTO : IMAGERIE CPL GAGNÉ



Grande gagnante

Dans le cadre de son 50e anniversaire, la Financière SISIP a organisé un grand concours national. Plus de 8 000 personnes y ont participé. Une trentaine de prix ont été attribués il y a quelques semaines, dont le grand prix de 5 000 \$ remporté par l'aviatrice Layla Crégo-Plante de la BFC Bagotville. De gauche à droite: Thaméra Royer, adjointe administrative, Johanne Fortin, conseillère financière et en fonds de placements, Layla Crégo-Plante et François Tremblay, représentant en assurances et conseiller en fonds de placements.



PHOTO : IMAGERIE CPLC PICARD



Anniversaire

Afin de souligner son 51^e anniversaire, les membres de la branche logistique de la BFC Bagotville ont organisé un dîner le 5 février dernier. La commandant adjoint de la BFC Bagotville, lcol Annie Malouin, et le commandant de la 2^e Escadre, col Luc Girouard, eux-mêmes membres de cette branche, ont décidé de souligner l'occasion en faisant le service. On les voit ici au centre lors du dîner tenu à la Barn.



PHOTO : IMAGERIE CPLC PICARD



Visite

Lors de son passage à la BFC Bagotville les 3 et 4 février derniers, le commandant adjoint de la 1^{re} Division aérienne du Canada, le bgén Iain Huddleston, a tenu à s'adresser aux membres des 2^e et 3^e Escadre lors d'une session d'échange tenue au théâtre de la base. Le brigadier général a rappelé lors de cette rencontre l'importance du soutien aux familles pour le succès de la mission des FAC. Il a aussi répondu aux nombreuses questions des membres présents.



PHOTO : IMAGERIE CPL DUCHESNE-BEAULIEU



PHOTO : IMAGERIE CPL DUCHESNE-BEAULIEU



Hockey

Lors des championnats de hockey vétérans et féminin tenus à Bagotville, du 20 au 24 janvier, les deux équipes locales ont atteint la demie finale, mais se sont fait arrêter dans leur élan par les équipes de Valcartier (femmes) et d'Ottawa (vétérans). Ce n'est que partie remise!

**Avez-vous vécu directement des actes d'inconduite sexuelle
dans le milieu de travail FAC-MDN ?**

Vous pouvez être admissible à une indemnisation financière

**www.fac-mdnrecourscollectifinconduitesexuelle.ca
1-888-626-2611**



JOURNÉE INTERNATIONALE DE LA FEMME DE BAGOTVILLE

BAGOTVILLE INTERNATIONAL WOMEN'S DAY

JEUDI 19 MARS | THURSDAY MARCH 19



Conférencière / Guest Speaker

Nathalie Lessard

Coach en sécurité pour les opérations
Saguenay-Lac-St-Jean et conseillère
principale pour le projet CIM 2026, Rio Tinto

Safety Coach for the Saguenay-Lac-St-Jean
operations and Senior Advisor for the CIM
2026 project, Rio Tinto



Billets disponibles auprès de vos représentants d'unité à partir
du 25 février 2020 ou contacter Capt Gagnon-Boissonneault
poste 6682, Bât 62 local 144.

Tickets will be available from your unit reps. beginning
February 25, 2020 or contact Capt Gagnon-Boissonneault
extension 6682, Building 62 local 144.

Dîner, conférence & prix de présences

Ouvert à toutes les femmes de la BFC communauté de Bagotville
(militaires, employées civiles et conjointes)
11 h 30 à 13 h 30 | Mess des Rang Jr | 15 \$

Lunch, Conference & Prizes

Open to all women of the CFB Bagotville community
(military members, civilian employees and spouses)
11:30am – 1:30pm | Jr Ranks Mess | 15 \$

Kiosques

Ouverts à tous 10 h à 15 h
Mess Rangs Jr | **GRATUIT**

Kiosks

Open to all 10:00am – 3:00pm
Jr Ranks Mess | **FREE**

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





Conseils SANTÉ-SÉCURITÉ



Plan d'évacuation

Planifiez! Si un feu se déclare, vous n'aurez peut-être que quelques minutes pour sortir en sécurité. Tout le monde doit savoir quoi faire et où aller en cas d'incendie!

Conseils de sécurité

- Dessinez une carte de votre maison (plan d'évacuation) montrant toutes les issues et discutez-en avec tous les occupants de votre demeure.
- Connaissiez au moins deux issues pour chaque pièce, si possible. Assurez-vous que toutes les portes et fenêtres s'ouvrent facilement.
- Ayez un point de rencontre extérieur sécuritaire.
- Pratiquez l'évacuation et plusieurs façons de sortir.
- Enseignez à vos enfants comment évacuer la maison d'eux-mêmes si vous n'êtes pas en mesure de les aider.

Si l'alarme sonne...

- Si l'alarme retentit, **SORTEZ ET RESTEZ DEHORS**. Ne jamais retourner en dedans!
- S'il y a présence de fumée lors de l'évacuation, **RESTEZ BAS** et avancez sous la fumée.
- Appelez le service d'incendie une fois à l'extérieur.

Collaboration spéciale
Slt Keven Trottier

Bureau de prévention incendie de la BFC Bagotville

418-677-4000 # 4316

Ref: *National Fire Protection Association*, 2016

NOUVEAU COUR DE GROUPE NEW GROUP CLASS

STEP MUSCULAIRE STEP WORKOUT



Des enchaînements de travail par intervalles, des exercices cardio-vasculaires et musculaires sur step vous permettront d'améliorer votre condition physique globale, de renforcer votre musculature et d'augmenter votre mobilité.

Interval work sequences, cardiovascular and muscular step exercises will allow you to improve your overall physical condition, strengthen your muscles and increase your mobility.

Session du 20 février au 2 avril / From February 20th to April 2nd
Jeudis de 12 h à 12 h 30 / Thursday from 12:00 pm to 12:30 pm

Instructeur/ Instructor : Corinne Mazerolle, Stagiaire en kinésiologie à l'UQAC

INSCRIPTION / REGISTRATION: gymnase.bagotville@forces.gc.ca

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



LE MAGASIN MILITAIRE DU CANADA
CANADA'S MILITARY STORE

Were you directly affected by sexual misconduct in the CAF-DND workplace?

You may be eligible for compensation

www.caf-dndsexualmisconductclassaction.ca
1-888-626-2611



PROGRAMME **PLEIN AIR** HIVER

SECTION À CONSERVER

2019-2020

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 et 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(e), enfant de moins de 26 ans vivant à la même adresse civique. Chaque membre doit posséder sa carte PSL magnétique.

Vous devez présenter votre carte d'identité PSL par billet par personne. 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 de la 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	56,64 \$	35 \$
Remontée journée étudiant 14-23 ans	47,13 \$	28 \$
Remontée journée enfant 7-13 ans	33,34 \$	18 \$
Remontée journée enfant moins de 6 ans	Gratuit	Gratuit
Location journée ski et planche	40,24 \$	18 \$
Accès Haute-route	33,34 \$	18 \$
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	57 \$	45 \$
Remontée journée étudiant 16 – 23	48 \$	38 \$
Remontée journée enfant 6 – 15	32 \$	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	30,46 \$	11 \$
Remontée journée étudiant (25 ans & -)	24,71 \$	11 \$
Remontée journée enfant (6 à 12 ans)	22,42 \$	11 \$
Remontée journée enfant (5 ans et -)	Gratuit	Gratuit
Location ski / planche journée (bâtons en sus)	34,49 \$	19 \$
Remontée ½ journée adulte	24,71 \$	11 \$
Remontée ½ journée étudiant (25 ans & -)	18,97 \$	11 \$
Remontée ½ journée enfant (6 à 12 ans)	16,67 \$	11 \$
Remontée ½ journée enfant (5 ans et -)	Gratuit	Gratuit
Location ski / planche ½ journée (bâton en plus)	28,74 \$	15 \$
Passe de Saison (Contrat de vente au comptoir PSL)		
Adulte 18 ans & +	370,22 \$	200 \$
Étudiant 6 - 25 ans	263,30 \$	105 \$
Mont Fortin (418-546-2170)		
Remontée journée adulte 18 ans & +	15 \$	9,99 \$
Remontée journée étudiant 6 – 23 ans	10,63 \$	5 \$
Remontée journée enfant – 5 ans	Gratuit	Gratuit
Location ski, planche, mini-ski journée	34,49 \$	19 \$
Remontée ½ jour ou soir, adulte 18 ans & +	13 \$	8 \$
Remontée ½ jour ou soir, étudiant 6 - 23 ans	8,87 \$	4 \$
Remontée ½ jour ou soir, enfant – 5 ans	Gratuit	Gratuit
Location ski, planche, mini-ski ½ jour. ou soir	28,74 \$	15 \$
À Partir de janvier—Glissade en tube (Sam et dim 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 +	40 \$ / 36 \$	23,99 \$
Remontée étudiant 13 - 23 ans	35 \$ / 31 \$	21 \$
Remontée enfant 6 – 12 ans	30 \$ / 26 \$	15 \$
Remontée enfant – 5 ans	Gratuit	Gratuit
Location ski / planche / blade Adulte	26 \$	22 \$
Location ski / planche / blade Étudiant	32 \$	20 \$
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	20 \$	9,99 \$
Glissade en tube pour tous (3 h)	15 \$	9,99 \$

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 \$	2 \$
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 & +	12 \$	5 \$
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 & -)	13 \$	5 \$
Accès raquettes (Gratuit 12 ans & -)	4 \$	2 \$
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 & +)	16 \$	8 \$
Jeune (6 à 17 ans)	9 \$	4 \$
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	12 \$	8 \$
Enfant moins de 2 ans	Gratuit	Gratuit

N = NOUVEAUTÉS

Voir la suite des activités en page 8

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

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.savanainc.ca		
12 à 35 mois	5,17 \$	3 \$
3 à 14 ans	14,95 \$	8 \$
Accompagnateur 15 ans & plus	8,05 \$	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 +)	12,50 \$	5 \$
Junior (15 ans et moins)	8,50 \$	3 \$
SKP — Laser tag		
Personnes de 7 ans et plus (partie de 15 minutes)	9,20 \$	5 \$
SKP — réalité virtuelle (simulateur)		
Personne de 7 ans et plus (durée variable de 3 à 6 minutes)	4,60 \$	2 \$
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 \$
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 \$

Souliers non inclus

Remboursement d'une partie de vos passes de saison

Les gens qui ont acheté des passes de saison dans la région ont droit à un rabais.

- Stations de ski alpin
- Station de ski de fond
- Raquette à neige, fat bike

Pour information: Claire Deschênes au poste 7581

- Droit d'accès aux sentiers de motoneige & VTT (10 %) - Les mardis de 8 h à 11 h seulement.

Présentez-vous au 2^e étage de l'auditorium (Centre récréatif) avec une copie de votre contrat.

Pour information: Frédéric Pilote au 7563

% de rabais varient d'un endroit à l'autre, informez-vous au comptoir PSL

Les partenaires du plan sports et loisirs

La section des loisirs a conclu plusieurs partenariats avec 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.**

(Aucun remboursement ne sera accordé par la suite au comptoir PSL ou à la section des loisirs.)

Partenaire	Services	Promotion
Yuzu sushi, Chicoutimi 418-543-5522	Rabais sur certaines variétés de sushi en tout temps. Détails sur place ou par téléphone	% à déterminer
Cinéma Odyssée Place du Royaume www.cinentreprise.com	Remboursement d'une partie du prix du billet. Jeudi soir et dimanche après-midi en ANGLAIS Mardi en FRANÇAIS	Détails au comptoir PSL
MAJO SPORT Chicoutimi et Jonquière www.majosport.com	Adultes: Yoga, pole fitness, remise en forme, etc Enfants: Ninja Warrior, Air Fitenss, etc. Inscription et programmation en ligne	10 % de rabais directement sur le site Web
Club de tennis Intérieur, Jonquière 418-548-3179	Pas besoin d'être membre, vous payez le terrain à l'heure. Païement sur place. Réservation obligatoire.	Pas de carte de membre à acheter
Ultraviolet Chicoutimi, Jonquière, Alma	Trois magasins spécialisés dans les vêtements et les équipements sportifs. http://boutique.ultravioletsports.com	10 % de rabais
Ferme 5 étoiles Sacré-Cœur www.ferme5etoiles.com	Centre de vacances familial Traîneau à chien, motoneige, rencontre avec des loups, etc. Visite le site Web pour les détails .	15 % de rabais
Massothérapie Mélanie Thériault 418-817-7544	Massages suédois, détente, thérapeutique, etc Reçu pour assurances. Ne peut être combiné à d'autres promotions. (massotherapiemt.com)	10 \$ de réduction
Sylouette Pilates et Massothérapie 418-290-2700	Sylvie Ouellette, instructrice certifiée en Pilates et massothérapeute. Réservez par téléphone. Ne peut être jumelée à aucune autre promotion.	10 % sur Pilates 5 % sur massothérapie
Lavanya yoga La Baie 418-944-9644	Louise Boudreault, instructrice. Initiation, découverte, progression, prénatal, etc. Appelez pour connaître la programmation.	10 % de rabais sur la session complète
La Maison Pilates Chicoutimi 418-693-5180	Guy Bouchard, instructeur Zumba, Pilates, Pilabox, Pilabar, etc. Appelez pour la programmation	10 % de rabais
Club de curling Port-Alfred 418-697-5109, #3	Location de salle ou de glace pour activités diverses. Cliniques de curling, activités de groupe. Carte de saison à 40 %, la première année.	15 % de rabais
Massothérapie Christine Côté 418-290-9252	Massothérapeute agréée FQM (Reçus d'assurances) Suédois, californien, Lomi Lomi, ventouses. www.massagechristine.com	10 \$ de rabais
Sports aux puces Saguenay 418-437-2050	Militaire seulement: aiguisage de patin et nettoyage d'équipement de hockey GRATUIT Autres rabais pour la communauté militaire.	10 % sur achats 15 % sur locations 50 % sur réparations



DIVERSITÉ ET ÉQUITÉ EN MATIÈRE D'EMPLOI

Dites non au racisme!

La Journée internationale pour l'élimination de la discrimination raciale est célébrée chaque année le 21 mars. Cette journée représente une opportunité de devenir un champion de la défense des droits humains.

Il reste encore beaucoup à faire pour parvenir à éliminer le racisme et la discrimination raciale, tant le racisme systémique et le racisme institutionnel que les micro-agressions.

Le racisme est un mal insidieux contre lequel il faut lutter sans relâche dans notre vie de tous les jours. La plupart des gens pensent faire preuve de tolérance, et pourtant les vexations et discriminations journalières que supportent les personnes victimes du racisme ordinaire sont encore trop nombreuses.

La lutte contre le racisme ordinaire est possible à tous les niveaux; elle consiste par exemple à s'insurger contre les pratiques discriminatoires d'embauche, à cesser de se faire complice des discours racistes par un silence coupable, à éviter de généraliser à toute une communauté un jugement qui porte sur une personne en particulier. Cet effort peut porter sur la façon de s'exprimer au quotidien mais aussi sur la manière de réagir dans les situations de stress (accident de voiture, attente et queue dans les magasins, conflits de voisinage, etc.).

Le racisme, la xénophobie et l'intolérance sont des problèmes importants dans toutes les sociétés. Chaque jour, chacune et chacun d'entre nous peut lutter contre les préjugés raciaux et les attitudes intolérantes.

Bagotville participe à la Caserne de jouets

Deux boîtes de plus qu'en 2019



La 8^e participation des pompiers à la Caserne de jouets de Chicoutimi-Nord, appuyée par toute la communauté de la BFC Bagotville, fut un franc succès, avec une récolte de six boîtes de jouets généreusement remplies. Deux de plus que l'année dernière!

Le 16 janvier dernier, les pompiers se sont rendus à l'ancienne caserne de Chicoutimi-Nord sur la rue Roussel, afin de remettre la collecte de jouets à M. Mario Gagnon, fondateur de la grande collecte de la caserne de jouets du Saguenay. Les jouets, casse-tête, peluches, jeux de société, jeux vidéo, modèles réduits et poupées qui

occupent les 3 étages de l'ancienne caserne, sont vérifiés et réparés par les bénévoles avant d'être distribués à des enfants moins favorisés.

Trente-deux ans après sa fondation en 1988, la grande collecte n'a jamais cessé de faire des heureux et de faire la différence auprès des jeunes plus défavorisées ou en difficulté. Au départ, environ 300 enfants bénéficiaient de la collecte annuelle. Aujourd'hui, on parle de 5000 enfants par année qui reçoivent une petite dose de bonheur sous la forme d'un Marcus de la Pat'Patrouille ou d'un camion Tonka.

Récipiendaire de la médaille de l'Assemblée nationale pour son

implication dans la communauté, en 2009, Mario Gagnon poursuit son œuvre et son bénévolat sans donner le moindre signe de ralentissement. Le fondateur est un exemple à suivre dans la région et c'est avec grande fierté que la communauté de Bagotville lui démontre son appui.

Soulignons aussi la présence des pompiers de Bagotville à la grande collecte qui se tenait à la mi-novembre 2019.

Mentionnons qu'il est possible de faire un don à tout moment dans l'année, puisque la Caserne de jouets (au 2585 rue Roussel) est munie d'une boîte de dépôt de jouets à l'extérieur. *(Texte: Slt K. Trotier, aff. publiques)*

-Perte de poids
-Performance
-Augmentation masse musculaire
-Santé



Nutrition Sportive



Les RÉSULTATS passent par l'alimentation



Dans quelles circonstances venir me consulter?

Que ce soit seulement dans le but d'améliorer vos habitudes alimentaires ou encore à cause d'un problème de santé précis, les raisons de prendre rendez-vous peuvent être très variées!

Voici **certaines** situations pour lesquelles je peux vous aider:

- Problème de gestion du poids
- Problèmes intestinaux
- Saine alimentation générale
- Alimentation végétarienne
- Fatigue
- Maladie chronique (diabète, hypertension, cholestérol, etc.)
- Nutrition sportive

Ce service est offert à tous les militaires.
La référence du médecin n'est pas obligatoire.

Pour information ou rendez-vous:
Clinique médicale: (418)677-4000 poste:7947

Au plaisir de vous rencontrer!
Laurie Dessureault, nutritionniste Dt.P.

CHAMPIONNAT RÉGIONAL DE BASKETBALL				
BFC BAGOTVILLE				
17-20 FÉVRIER 2020				
Lundi 17 Février				
16 h 30 Réunion des capitaines, Salle polyvalente, voisin Tim Hortons (Bat 71)				
17 h Rencontre sociale, La Grange (Bat 16)				
17 h 30 Souper, La Grange (Bat 16)				
Mardi 18 Février				
7 h 30 Ouverture Officielle				
Échauffement	Partie	Visiteur	Local	
7 h 50	8 h	Montréal	Bagotville	
9 h 50	10 h	Ottawa	Valcartier	
	13 h	Concours d'habiletés		
14 h 50	15 h	Montréal	Ottawa	
18 h 20	18 h 30	Bagotville	Valcartier	
Mercredi 19 Février				
Échauffement	Partie	Visiteur	Local	
7 h 50	8 h	Bagotville	Ottawa	
9 h 50	10 h	Valcartier	Montréal	
14 h 50	15 h	Demie-Finale	Pos #4	Pos #1
18 h 20	18 h	Demie-Finale	Pos #3	Pos #2
Jeudi 20 Février				
Échauffement	Partie	Visiteur	Local	
8 h 50	9 h	Finale		
   				

Une visite de familiarisation à Bagotville

Le directeur principal du bureau du Vérificateur général du Canada, M. Nicholas Swales, accompagné de la Directrice générale par intérim du service des examens du MDN, Mme Manon Lebrun, ont visité la BFC Bagotville les 3 et 4 février 2020.

Au cours de ces deux jours, afin de leur permettre de mieux

comprendre les mandats, les unités, les défis et le rôle de la BFC Bagotville. M. Swales et Mme Lebrun ont assisté à plusieurs présentations portant sur la 3^e Escadre et son administration, la 2^e escadre,

le 10 EITA, le 12^e Radar, les Escadrons 425 et 433, le 3 ESO, le 3EMA, le 3ESM et l'Escadron 439.

L'objectif de chaque escadre et unité était d'expliquer aux

deux visiteurs de quelle façon la performance est mesurée, quelles ressources sont gérées directement, lesquelles sont sous la responsabilité d'une autre organisation ou d'un autre ministère et comment fonctionne le partage de tout ce travail. De plus, les commandants sur place ont présenté les différents défis auxquels ils doivent faire face pour l'atteinte des objectifs de rendement et de gestion des ressources humaines, matérielles et financières.

À la suite de cette visite réussie et très bien remplie, M. Swales, en poste depuis quelques mois seulement, fut en mesure d'accroître considérablement son champ de connaissances sur le fonctionnement d'une base opérationnelle de la RCAF en vue d'évaluer les performances lors de ses futurs audits.

(Texte: Slt K. Trotier, aff. publiques)

En matinée de 8 h à 11 h

lundi 2 mars

En après-midi de 13 h à 15 h

Introduction à l'entraînement

(12 ans et plus)

Au centre récréatif

Conjoints / conjointes bienvenus

- Principes et méthodes d'entraînement
- Prévention des blessures
- Familiarisation des salles d'entraînement
- Programme d'entraînement remis

Habillement: Vêtements de sport et espadrilles

Info et inscription:
Claudie Descôteaux, 7544
Ou par courriel à:
+gymnase.bagotville@forces.gc.ca



Parents accompagnateurs bienvenus

Randonnée en raquettes

(10 ans et plus)

Dans la piste santé (logements familiaux)

Nous fournissons les raquettes
En cas de mauvais temps, une activité en gymnase est prévue

Habillement selon la température et l'activité

Info et inscription:
Frédéric Pilote, 7563
Ou par courriel à:
+gymnase.bagotville@forces.gc.ca



Pour ceux qui participent aux 2 activités, un dîner Tim Hortons vous sera servi gratuitement!



Abonnez-vous à la page Facebook du PSP de la BFC Bagotville

www.facebook.com/PSPBAGOTVILLE

INFO-MESS — février — mars 2020

MESS DES OFFICIERS	MESS DES ADJ/SGTS (Salle Kitty Hawks)	MESS DES RANGS JUNIORS
Février Samedi 15 — Vin et fromage (grand salon) Jeudi 20 — Luncheon (Snake Pit) 28 février	Février Jeudi 20 — Café du chef Vendredi 21 — DMCV Vendredi 28 — DMCV	Février Jeudi 20 — Café du chef (Salle Renaissance) Vendredi 21 — DMCV (salle Renaissance) Vendredi 28 — DMCV (salle Renaissance)
Mars Jeudi 12 — Café du commandant (Snake Pit) Vendredi 13 — Café du commandant 2 Ere (Snake Pit)	Mars Vendredi 13 — DMCV Vendredi 20 — Bingo (lieu à déterminer)	Mars À venir

N'oubliez pas que la Barn est ouverte chaque jeudi, de 15 h à 18 h, pour tous les rangs. (Fermé le 13 février)

En tout temps



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Groupe parents-enfants 8 h à 11 h 30	Groupe parents-enfants 8 h à 11 h 30 Teen town	Groupe parents-enfants 8 h à 11 h 30 Teen town Répit gratuit à domicile en soirée	Groupe parents- Gym enfants 8 h à 11 h 30 Teen town Répit gratuit à domicile en soirée	Période de Halte-Répit gratuite de 8 h à 12 h Teen town	Période de Halte-Répit gratuite un samedi sur deux de midi à 16 h Teen town

février/ mars 2020

			13	14 Rives-du-Saguenay <i>Atelier: Seul à la maison</i> Soirée St-Valentin	15
17 Rives-du-Saguenay	18	19 Tournoi	20 Remise des coffrets nouveaux parents	21 Riverside	22 Ouvert en après-midi seulement De midi à 16h
24 <i>Activité 7-8 ans : Découverte musicale</i>	25 Black out	26	27 PSP	28 <i>Sortie: Saguenay en emploi</i>	29
2 Semaine de relâche	3 Semaine de relâche	4 Semaine de relâche	5 Semaine de relâche	6 Semaine de relâche <i>Activité : Journée internationale des femmes</i>	7 De midi à 16h <i>Atelier Pères-enfants : La boîte à savon</i>
9 Rives-du-Saguenay Riverside	10 Soirée Black Out	11	12	13 Spécial vendredi 13	14

Lorsque les journées pédagogiques sont inscrites au calendrier, le service de garde scolaire est offert et le Teen Town est ouvert toute la journée.



Une réservation est requise lors des journées pédagogiques, du répit gratuit à domicile (les mercredis et jeudis en soirée) ainsi que pour la Halte-Répit au 418 677-7468.

LE 21 MARS PROCHAIN LE CRFM SE TRANSFORME EN

CABANE À SUCRE

SOYEZ DES NÔTRES!

ON MARCH 21, THE MFRC TURNS INTO A

SUGAR SHACK

BE PART OF IT!

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-Répit - 418-677-4000 p. 7676

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

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



L'AMI JUNIOR

MAZDA

VOUS OFFRE
UN RABAIS MILITAIRE
DE 600\$



DÉTAIL DE L'OFFRE:

- LE RABAIS MILITAIRE EST D'UNE VALEUR DE 600 \$.
- CETTE OFFRE EST VALABLE POUR TOUS LES MILITAIRES ACTIFS, DE LA RÉSERVE ET VÉTÉRANS. (CADETS EXCLUS), AINSI QU'À LEUR CONJOINT(E) ET AUX MEMBRES DE LEUR FAMILLE VIVANT À LA MÊME ADRESSE.

CETTE OFFRE PREND FIN LE 31 MARS 2020