

le **VORTEX** de Bagotville



Volume 12 Numéro 2

LE JOURNAL DE LA BASE DES FORCES CANADIENNES DE BAGOTVILLE

FÉVRIER 2017

Les Alouettes et les Ti-Pics participent à CHUMEX



pages 2 et 3

PHOTO : IMAGERIE BAGOTVILLE - CPL CHABOT

Deux nouvelles activités pour les jeunes au CRFM... page 5

Appels au 911 simplifiés sur le territoire de la base... page 6

Programmation des Hivernades et déjeuner du carnaval... pages 8 et 9

NOUVEAU
franchisé



à La Baie

Un problème de vision?

Le Docteur s'occupe de vous!



GARAGE
JEAN-PIERRE
TREMBLAY

MEMBRE DU RÉSEAU **TIRECRAFT**

La Baie
2460, rue Bagot
418-544-4455

Déploiement des escadrons de chasse en Floride

Les Alouettes et les Ti-Pics participent



PHOTO : IMAGERIE BAGOTVILLE — CPL CHABOT

Un peu plus de 130 membres de l'Escadron 425 ont été les premiers à se rendre en Floride pour amorcer la participation canadienne à l'exercice CHUMEX 2017. Les Alouettes sont regroupés ici pour une photo sur le tarmac de la base de Homestead.

Lorsque les froides journées de janvier se pointent, les Alouettes de l'Escadron 425 s'envolent habituellement vers des cieux plus chauds. Cette année ne fait pas exception alors que plus de 125 militaires de Bagotville sont partis le 13 janvier dernier à destination de la Floride dans le cadre de l'exercice Alouette mobile.

Au moment où vous lisez ces lignes, les Ti-Pics de l'Escadron 433 s'installent à leur tour à Homestead, en Floride, pour l'exercice Tipic Savage.

Alouette mobile et Tipic Savage font tous les deux partie d'un exercice de grande envergure appelé CHUMEX, organisé par nos alliés américains.



PHOTO : IMAGERIE BAGOTVILLE — CPL CHABOT

Les membres du 433 ETAC ont pris la relève de ceux du 425 au début février pour poursuivre l'entraînement aux côtés des Américains.

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 Michel Cécyré (BFC Bagotville)

Édition, rédaction, publicité
Brin d'com
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: 9 mars 2017
Date de tombée pour la prochaine édition:
28 février 2017

DOMAINE Amants de la Nature
des *Cèdres Centenaires*

Faites vite!
Il ne reste que
3 terrains
de disponible
dans la phase
1 et 2

Les PLUS GRANDS Les MOINS CHERS
au Saguenay Lac-Saint-Jean

Grands terrains résidentiels de villégiature privé
Superficie de 58 931 pi² à 102 186 pi²

Bienvenue aux militaires **Présentement**
35 995 \$ à 45 995 \$*
* Pour la phase #1 et #2

5 minutes de la Base de Bagotville
Taxation plus basse qu'à Saguenay (-55%)

PHASE #3 12 nouveaux terrains disponibles mars 2017

PHASE #1				ADRESSE CIVIQUE = CHIFFRES ROUGES				PHASE #2			
VENDU	VENDU	VENDU	VENDU	978	972	966	PROMESSE D'ACHAT	VENDU	VENDU	VENDU	VENDU
996	990	984	978	978	972	966	PROMESSE D'ACHAT	904	948	942	936
996	990	984	978	978	972	966	PROMESSE D'ACHAT	904	948	942	936
996	990	984	978	978	972	966	PROMESSE D'ACHAT	904	948	942	936

VISITEZ NOTRE SITE WEB : www.domainedescedrescentenaires.com
jeanguy.lavoie4654@videotron.ca **418 591-3548**

En plus des nombreux techniciens et des pilotes déployés à CHUMEX, 12 CF-18 Hornet canadiens ont aussi pris la route de la Floride.

Les conditions climatiques difficiles qui prévalent à Bagotville de janvier à mars ralentissent l'entraînement des pilotes en limitant le nombre d'heures de vol. En participant à des entraînements en Floride, les deux escadrons de chasseurs de Bagotville peuvent ainsi compléter la qualification de leur personnel navigant

à l'exercice CHUMEX aux États-Unis

et de leurs techniciens en vue de déploiements éventuels.

La présence de nombreux types d'aéronefs offre aussi un avantage important pour la formation des pilotes, qui se retrouvent dans une situation qui représente davantage le contexte d'un déploiement à l'étranger.

Dans une entrevue accordée à la fin janvier au magazine web 45° Nord, le capitaine Sébastien Tremblay-Verreault, l'un des pilotes du 425 ETAC, parlait de

l'importance de ce genre d'entraînement conjoint pour les pilotes canadiens.

« À la maison, on divise nos forces pour jouer la force ennemie et la force amie, alors qu'ici nous avons le 93^e Escadron, ce qui nous permet de faire des missions à plus grande échelle, d'avoir des forces plus nombreuses », explique le capitaine Tremblay-Verreault.

CHUMEX représente aussi un défi pour les techniciens, qui doivent s'adapter à un nouvel environnement. La

PHOTO : IMAGERIE BAGOTVILLE — CPL CHABOT



L'équipe de maintenance doit mettre les bouchées doubles pour permettre aux CF-18 Hornet d'effectuer jusqu'à 16 sorties par jour.

mise en place des systèmes informatiques, des réseaux locaux et des équipements cryptés a un impact majeur sur les opérations.

Les techniciens responsables de l'état des aéronefs sont aussi sous pression alors qu'ils doivent souvent préparer des avions pour l'ensemble des missions au

programme, qui peut atteindre jusqu'à 16 vols par jour.

Jusqu'à la fin mars, ce sont

les membres de l'Escadron 433 qui poursuivront leur entraînement à Homestead avant de revenir au pays à leur tour.



PHOTO : IMAGERIE BAGOTVILLE — CPL CHABOT

Le cpl Matthew Tansley, du 425 ETAC, procède au ravitaillement d'un CF-18 avant qu'il ne s'envole pour une autre mission d'entraînement.

Alouettes and Ti-Pics at CHUMEX in Florida

When the cold weather arrives in January, you will find the Alouettes of 425 Squadron usually flying south for warmer weather. This year, one hundred and twenty-five soldiers from Bagotville left for Florida on January 13th as part of Exercise Alouette Mobile.

Squadron 433 Ti-Pics are setting up in Homestead, Florida as we speak for Exercise Tropic Savage.

Alouette Mobile and Tropic Savage, are both part of a large-scale exercise called CHUMEX which is organ-

ized by our American allies.

In addition to the many technicians and pilots deployed to CHUMEX, twelve Canadian CF-18 Hornets also flew to Florida.

Bagotville's difficult climatic conditions from January to March tends to slow pilot training by limiting the number of flight hours. By participating in training in Florida, Bagotville's two squadrons of fighter aircraft can thus complete the qualifications of their flight crews and

technicians in order to be prepared for possible deployments.

CHUMEX also represents a challenge for technicians who have to adapt to a new environment. The implementation of computer systems, local area networks and encrypted equipment has a major impact on operations.

Technicians responsible for the condition of the aircrafts are also under pressure to perform as they have to prepare the fighter jets for up to 16 flights per day.



CLINIQUE DENTAIRE
Elysée

DRE JULIE TREMBLAY DMD
463, RUE DES CHAMPS ÉLYSÉES, CHICOUTIMI (QUÉBEC) G7H 5V7
(418) 690-9613

**Our clinic provides
bilingual services**



Courtier immobilier agréé
Franchisé indépendant et autonome
de RE/MAX Québec inc.



André Bossé
Courtier immobilier
BILINGUE

**Contactez l'agent qui
en fera plus pour vous !**

**Contact the agent who
will go further for you !**

**Votre phare de l'immobilier !
Your real estate lighthouse !**



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

Le saviez-vous ?

19 septembre 1918 - Le gouvernement du Canada approuve la formation de la Force aérienne du Canada (FAC).

1^{er} avril 1924 - La FAC devient officiellement l'Aviation royale canadienne (ARC) et une composante permanente de la force de défense du Canada.

12 mai 1958 - Les États-Unis et le Canada signent l'Accord sur le Commandement de la défense aérienne de l'Amérique du Nord (NORAD) et s'engagent à assurer ensemble la défense de l'Amérique du Nord.

1^{er} avril 1993 - Les escadres sont rétablies dans tout le Commandement aérien. Par exemple, la Base des Forces canadiennes Bagotville devient la 3^e Escadre Bagotville.



16 août 2011 - Les noms « Marine royale canadienne », « Armée canadienne » et « Aviation royale canadienne » sont rétablis et remplacent les désignations « Commandement maritime », « Commandement de la Force terrestre » et « Commandement aérien ».

Par adjuc **Marc Corriveau**
Adjutant-chef de la BFC
Bagotville et de la 3^e Escadre

En 2013, après le rétablissement du nom historique « Aviation royale canadienne », la Force aérienne a adopté un insigne qui

rappelait celui de l'Aviation royale canadienne d'origine, sur lequel on pouvait voir un aigle aux ailes déployées sur un fond azuré. L'ARC moderne a conservé la devise *Sic itur ad astra*.

La première lettre de la désignation d'un aéronef montre qu'il s'agit d'un appareil canadien et la seconde indique de quel type d'aéronef il s'agit. Ainsi donc, les lettres CC désignent les avions cargos, les lettres CH, les hélicoptères, les lettres CF, les avions de chasse, les lettres CP, les avions de patrouille et les lettres CT, les avions-écoles. Les trois chiffres désignent la flotte d'aéronefs dont il s'agit. Ils sont souvent fonction du nom choisi par le constructeur. Par exemple, le F-18 Hornet est devenu le CF-188 Hornet, bien qu'on l'appelle communément CF-18.

La distinction entre ordres, décorations et médailles est parfois difficile à faire, surtout quand certaines décorations sont appelées médailles ou vice versa. Les ordres sont des sociétés de mérite qui reconnaissent les réalisations hors du commun et les mérites exceptionnels au cours d'une carrière ou d'une vie entière. Songeons, par exemple, à l'Ordre du Canada ou à l'Ordre du mérite militaire.

Les décorations reconnaissent une seule action de vaillance au combat, de bravoure ou des services méritoires liés à un événement ou accomplis durant une période spécifique.

Les médailles reconnaissent la participation dans une campagne ou à une opération, le service accompli dans des circonstances exceptionnelles. Elles commémorent les anniversaires royaux ou nationaux ou reconnaissent un long et loyal service à Sa Majesté.

Tous les points mentionnés ci-haut proviennent du livre *Sur des sommets balayés par les vents*.

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

Ville de Saguenay au service du citoyen

Chronique MUNICIPALE

Le 22 janvier dernier, j'ai remis à Parcs Canada le dossier détaillé de notre demande concernant la reconnaissance patrimoniale de l'UNESCO à l'égard de l'ancienne ville d'Arvida.

Cette démarche nous permettrait d'être placés sur la liste indicative du gouvernement fédéral, première d'une série d'étapes pouvant mener à l'octroi de ladite reconnaissance patrimoniale par l'UNESCO.

Se distinguant à plusieurs égards d'autres villes de compagnies construites dans le monde, la solidité de notre projet ne fait aucun doute. En plus de compter depuis plusieurs années sur le soutien de madame Lucie K. Morisset, professeure et titulaire de la Chaire de recherche du Canada en patrimoine urbain à l'Université du Québec à Montréal (UQAM), nous avons également eu l'aide d'une sommité mondiale en matière de patrimoine urbain pour ajouter la touche finale au formulaire de la candidature d'Arvida.

En effet, le professeur en architecture de l'Université de Florence (Italie) et expert mondial des villes de compagnies, Massimo Preite, est venu nous prêter main forte aux dernières étapes précédant la remise du dossier à Parcs Canada. Totalement conquis par notre projet, ce dernier croit fermement qu'Arvida possède de très bonnes chances d'obtenir le titre.

Nous aurons une réponse concernant notre demande vers la fin de cette année.

Attentat de Québec

Dans un tout autre ordre d'idée, les drapeaux de Saguenay ont été en berne du 30 janvier au 2 février en mémoire des victimes de l'attentat au Centre culturel islamique du secteur Sainte-Foy à Québec le 29 janvier dernier.

Je réitère ma demande à tous nos concitoyens de prier pour la paix et pour apporter du courage aux familles musulmanes de tout le Québec. Les événements m'ont suscité une certaine inquiétude. Jusqu'à ce dimanche fatidique, je nous pensais à l'abri de tels événements, mais tel n'est pas le cas. J'en appelle donc à la solidarité de tous nos citoyens.

Jean Grandbois

Deux nouvelles activités pour les jeunes

Au cours des dernières semaines, l'équipe du CRFM de Bagotville a mis sur pied de nouvelles activités destinées aux jeunes de la communauté.

L'une de ces activités est une série d'ateliers scientifiques pour les enfants de 5 à 12 ans. «Ce sont des activités très agréables qui permettent aux jeunes de s'initier à la méthode scientifique. On souhaite que les enfants découvrent et apprécient la science à l'aide d'expériences et de jeux», explique Marie-Hélène Lapierre, organisatrice communautaire au CRFM de Bagotville.

La première de ces activités scientifiques s'est déroulée le 28 janvier dernier. Pour l'occasion, la météo était à l'honneur. Les jeunes ont pu expérimenter diverses façons d'imiter des phénomènes météorologiques.

Un autre aspect intéressant de ces ateliers, c'est qu'ils sont donnés par des militaires bénévoles. «Nous avons plusieurs militaires qui ont des connaissances et une formation scientifique au sein du personnel de la base. Ce sont eux qui ont accepté de préparer le contenu des ateliers pour en faire profiter les jeunes», ajoute Mme Lapierre.

Pour le moment, les ateliers sont offerts à raison d'une fois par mois. Les prochains se tiendront le 25 février et le 25 mars. Il en coûte 5 \$ par enfant pour participer. Les parents peuvent contacter le CRFM au 417-677-7468 pour en savoir davantage ou pour inscrire leur enfant aux prochains ateliers.

Journée pères-enfants

Le 4 février dernier, le CRFM a tenu la première édition de ses journées pères-enfants.

Cette nouvelle initiative a pour objectif, comme son nom l'indique, de permettre aux pères de passer du temps de qualité avec leurs enfants. Pour ce faire, plusieurs activités seront organisées au cours de l'année.

Pour la première rencontre de cette série, les pères ont amené leurs enfants sur les glaces de la baie des Ha! Ha! pour une journée de pêche blanche. Pour à peine 10 \$, tout le monde a pu taquiner le poisson en profitant de la chaleur d'une cabane bien équipée.

En plus de passer du temps avec leurs enfants, les pères peuvent aussi échanger entre eux dans un contexte de détente.

D'autres journées sont prévues en février, en mars et en mai. La programmation est disponible auprès du CRFM.



Lors du premier atelier scientifique, les enfants ont pu reproduire des phénomènes météorologiques.

A yellow poster for the 'Force au Féminin' event. It features the logo of the Canadian Armed Forces and the 'Force au Féminin' logo. The text reads: 'Visite de la bgén Lise Bourgon et de La Force au Féminin Le 24 mars 2017 à Bagotville'. Below the text is a photograph of Brigadière-générale Lise Bourgon in military uniform. The poster also includes information about the activities, a free conference, and a dinner. At the bottom, there is a photograph of a group of women in military uniforms and a man in a suit standing in front of a brick wall. The text at the bottom of the poster says: 'Suivez-nous! www.laforceaufeminin.com www.facebook.com/forcecanada'.

Two new activities for children at MFRC

In the past few weeks, the Bagotville MFRC team has developed two new activities for children in the community.

One of these activities is a series of scientific workshops for children aged 5 to 12 years old. "These are very enjoyable activities that enable young people to learn science. We want children to discover and appreciate science through experiments and games," explains Marie-Hélène Lapierre, community organizer at the Bagotville MFRC.

The first of these activities took place on January 28th. The area of study for this activity was the weather. Children were able to experiment with various ways of imitating meteorological phenomena.

The workshops were held solely thanks to military volunteers.

At the moment, the workshops are offered once a month. The next ones will be held on February 25th and March 25th with a cost of \$5 per child. Parents can contact the MFRC at 417-677-7468

for more information or to register their child for future workshops.

Father-Child Day

On February 4th, the MFRC held the first edition of its new 'Father-Child' day.

The goal of this new initiative, as the name suggests, is to allow fathers to spend quality time with their children. To do this, several activities will be organized during the year. Programming is available from the MFRC.



RE/MAX
énergie

942 rue Chabanel,
Chicoutimi QC G7H 5W2
Tél. : 418 545-1515
Fax. : 418 545-2840



19 ANS D'EXPÉRIENCE
Bilingue / Militaire retraité
Cell. : 418 812-6004
MARC DUBOIS
COURTIER IMMOBILIER

Sur le territoire de la BFC Bagotville

Composez le 911 en cas d'urgence

Depuis quelque temps, en situation d'urgence, on doit composer directement le 911 à partir de n'importe quel téléphone relié par ligne terrestre au réseau de la BFC Bagotville.

Des changements apportés au système de répartition des appels de la police militaire ont permis d'éliminer le chiffre 7 qui devait être composé avant le traditionnel 911. « C'est plus simple. De cette façon, tout le monde peut rejoindre facilement les services d'urgence. Même les civils qui ne connaissent pas le fonctionnement de la base peuvent le faire instinctivement en raison de l'uniformité. Tout le monde connaît le 911, c'est devenu

une norme partout dans le monde ou presque », explique le capitaine Adrien Côté, chef de la Police militaire à Bagotville.

La mise aux normes du service d'appels d'urgences permet aussi au répartiteur de recontacter la personne qui demande de l'aide. « Si un appel prend fin subitement, le répartiteur peut recontacter rapidement le téléphone d'où provenait l'appel d'urgence. Il peut aussi savoir où se trouve le téléphone qui a été utilisé pour faire l'appel. C'est un gros avantage qui peut nous permettre de sauver de précieuses minutes en cas d'urgence », ajoute le capitaine Côté.



L'appel direct au 911 est déjà en service sur le territoire de la base. Pour ce qui est du secteur des résidences familiales, il relève toujours des services d'urgences de la ville de Saguenay. Cependant, en cas d'urgence, le lien se fait très rapidement avec le service de répartition de Bagotville afin de porter assistance le plus vite possible à toute personne en danger.

911 direct call

Changes have been made recently to CFB Bagotville's land line network in order to better aid those in need of emergency services. When previously you would have had to press 7 before 911 to call emergency services, the 7 has now be eliminated from the process. Now you must dial 911.

"It's simpler. Now, everyone can easily reach emergency services. Even civilians who do not know how the base works can instinctively do so because of uniformity. Everyone knows about 911, it has become a norm almost everywhere in the world," says Captain Adrien Côté, Chief of Military Police in Bagotville.

Upgrading the emergency call service also allows the dispatcher to contact the person requesting assistance and is now able to locate where the call originated from.

As for the Residential Housing Units, they are still under the jurisdiction of the emergency services of the City of Saguenay. However the two services are able to contact each other very quickly, if need be, in order to assist any person in danger as soon as possible.

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



Cet hiver, n'hibernez pas!

L'hiver revient chaque année avec ses journées froides et ses décors blancs. Profitez de cette saison pour essayer de nouvelles activités hivernales et pour faire le plein d'air frais (*frette!*) Assurez-vous de respecter ces mesures afin de profiter de l'hiver de façon sécuritaire :

- Avant de partir, prenez une collation nutritive telle qu'un fruit, un yogourt, une poignée de noix ainsi que de l'eau ou du jus de fruits. Préparez une collation nutritive supplémentaire que vous pourrez emporter avec vous.
- Votre besoin en liquide peut varier en fonction de l'exercice pratiqué, de votre transpiration, de la chaleur ou de l'altitude. Assurez-vous de boire avant, durant et après toute activité physique. Nous avons tendance à l'oublier en hiver. Assurez-vous de surveiller votre hydratation et n'attendez pas d'avoir soif avant de boire puisque la sensation de soif indique que le processus de déshydratation est déjà enclenché.
- Surveillez les symptômes précoces de déshydratation comme la soif, la bouche sèche, la migraine, la coordination déficiente ainsi que la léthargie. Si vous ressentez l'un ou l'autre des symptômes, buvez une boisson pour sportifs ou encore de l'eau en la combinant avec des aliments salés.
- Les engelures surviennent lorsque la peau commence à geler sous l'effet d'une exposition prolongée au froid. Les pieds, les oreilles, le nez ou les doigts sont plus enclins aux engelures mais n'importe quelle autre partie du corps peut être touchée. Habillez-vous chaudement – portez plusieurs couches de vêtements, un chapeau, un foulard et des gants – afin de prévenir les engelures.

L'équipe de Promotion de la santé

Source : www.adventuresmart.ca/french/winter/snowhealth.htm

UN GOÛT DE PERFORMANCE?
Voici venu l'événement

the
BIG
show

Informez vous
à propos de nos
**RABAIS
POUR LES
MILITAIRES**

The Ultimate Buying & Info Show

Passez votre
commande avant le
20 février ET...

**OBTENEZ LE MEILLEUR
PRIX DE L'ANNÉE!**

*Conditions de paiement en magasin

IMBATTABLE!

PAYSAN

PIÈCES D'AUTO USAGÉES, NEUVES ET DE PERFORMANCE

APPELEZ MAINTENANT **418 696-0597**

228, boul du Royaume Est, Chicoutimi

CALENDRIER DES ACTIVITÉS

Février 2017

PROMOTION DE LA SANTÉ

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

**Drogues, alcool et jeu
Superviseurs**

13 février de 8 h à 16 h ET
14 février de 8 h à 12 h

OU

27 février de 8 h à 16 h ET
28 février de 8 h à 12 h

Prévention blessures sportives
22 février de 13 h à 16 h

Respect dans les FAC
23 février de 8 h à 16 h

Serveur d'alcool
15 février de 13 h à 15 h

Techniques de relaxation
21 février de 13 h à 16 h

**Stress Management
(English Workshop)**

February 20, 1:00 to 4:00

Toxicomanies 101

10 février de 9 h à 12 h OU
24 février de 9 h à 12 h

**Les dates de nos ateliers
ne vous conviennent pas?**

FORMEZ VOTRE PROPRE
GROUPE!

(Minimum 6 participants)

Pour inscription, communiquez
avec nous au 418-677-4000,
poste 7102

Interdiction d'utiliser un drone près des aéroports et des bases militaires

Des affiches pour rappeler les règles

De nouvelles affiches feront bientôt leur apparition autour de la Base des Forces canadiennes de Bagotville afin de rappeler l'interdiction d'utiliser des drones à proximité d'un aéroport.

Ces règles mises en place par Transport Canada, l'organisme qui régit l'aviation civile au pays, ont pour but d'assurer la sécurité du transport aérien.

« Il s'agit d'une mesure de prévention additionnelle. Les affiches ont pour but de rappeler aux utilisateurs de drones les consignes d'utilisation sécuritaire et légale de ces appareils à proximité des aéroports », explique le capitaine Adrien Côté, chef de la police militaire à Bagotville.

Selon le capitaine Côté, il ne s'agit pas ici d'une nouvelle

réglementation, mais bien d'une façon supplémentaire de rappeler la loi.

« Transport Canada a instauré des règles pour l'utilisation des drones en général. Ces règles sont faciles à trouver sur le site Internet du ministère. C'est un outil important que tout utilisateur devrait consulter avant de faire voler un de ces appareils. On peut entre autres y voir qu'il est interdit de faire voler un drone à moins de 9 km de tout aéroport, hélicoptère, héliport, héli-surface ou hydrobase », explique le capitaine Côté.

Des règles s'appliquent aussi à l'altitude de vol autorisée, aux conditions climatiques



Canada

qui permettent le vol ou à la distance à respecter de toute personne, d'un bâtiment ou même d'animaux.

Les lieux comme les bases militaires, les prisons et les feux de forêt sont aussi des

zones d'exclusion pour les drones civils.

« Jusqu'à présent, nous n'avons pas eu de problème, mais comme les drones sont de plus en plus accessibles, il est bon de rappeler les règles », ajoute le policier.

Au pays, c'est Transport Canada qui est responsable d'établir les règles d'utilisation de tout appareil volant et de les faire appliquer. On peut trouver les détails de la réglementation sur le site Internet de Transport Canada.

New signs to recall the rules

New signs will soon appear around the Bagotville Canadian Forces base as a reminder that the use of drones is prohibited around airports and military bases.

These rules have been put in place by Transport Canada which governs civil aviation in Canada, and they are designed to ensure the safety of air transportation.

"This is an additional preventive

measure. The signs are intended to remind users of drones of the safe and legal use of these aircraft near airfields," says Captain Adrien Côté, Military Police Chief in Bagotville.

Transport Canada is responsible for the regulation and enforcement of the rules governing the use of any aircraft flying in Canada. Details of the regulations can be found on Transport Canada website.

Pour les amateurs de vitesse!

Date limite
28 février 2017



Trio 30 Mbit/s
à partir de

91,90\$ /mois*
pendant 24 mois

Économisez 39,95\$/mois**
pendant 6 mois 24 mois

Incluant :

- Jusqu'à 3 enregistreurs HD dont 1 de nouvelle génération¹
- Une vitesse Internet de 30 Mbit/s et un réseau Wi-Fi ultraperformant
- 1000 minutes d'interurbains au Québec chaque mois et 3 options²

Composez le 1.866.544.3358
pour vérifier la disponibilité du service à votre adresse.

* Offre valide jusqu'au 28 février 2017 et applicable à l'abonnement à un forfait Trio de DERYtelecom avec Internet 30 Mbit/s. Le tarif régulier mensuel s'applique au 25^e mois. L'abonné ne peut avoir bénéficié d'une autre promotion sur les services au cours des 6 derniers mois. Des frais additionnels de 2,50\$ par Go supplémentaire utilisé seront facturés chaque mois pour l'utilisation excédentaire de la bande passante, jusqu'à concurrence de 30\$/mois. Le service de téléphonie ne permet pas l'utilisation d'autres services interurbains que ceux de DERYtelecom. Prises additionnelles, frais d'activation, TPS, TVQ, interurbains et frais 911 en sus. Là où la technologie le permet. D'autres conditions s'appliquent. ** L'économie correspond au total des crédits promotionnels mensuels appliqués sur le prix courant du forfait correspondant. 1 Applicable sur modèles sélectionnés seulement. D'autres conditions s'appliquent. 2 Le tarif régulier mensuel s'applique au 25^e mois. D'autres conditions s'appliquent.

DERYtelecom

f DERYtelecom | derytele.com

Impacts sur les stationnements et les déplacements

Alors qu'on est encore à quelques mois de la saison estivale, l'équipe du Détachement des opérations immobilières de Bagotville s'affaire déjà à planifier la réorganisation du stationnement, de la circulation et du trafic lourd qui devra être mise en place avec le début de la construction du nouveau hangar du Transport et du GEM.

Le contrat, d'une valeur de 46,8 millions de dollars, a été accordé en décembre dernier par Construction Défense Canada à la firme Cegerco.

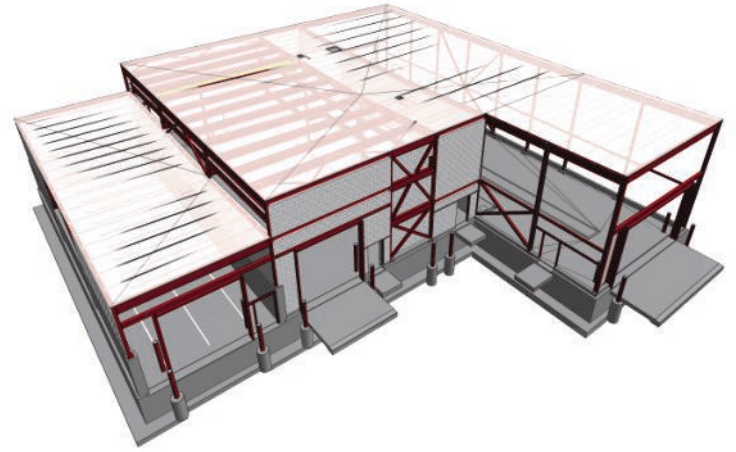
Le nouveau bâtiment de plus

de 5 600 mètres carrés permettra de regrouper les services de la section du Transport, du Génie électrique et mécanique et des Services logistiques en un seul endroit.

« Cette construction fera notre bonheur puisqu'elle était attendue depuis longtemps, mais elle sera aussi une source de casse-tête, surtout pendant la construction », explique l'officier de planification du Détachement des opérations immobilières de Bagotville, le capitaine Jean-Michel Maneno. « Nous allons devoir fermer le stationnement longue durée et prévoir une réorganisation de la

circulation. De nombreux camions viendront aussi augmenter le trafic dans les petites rues de la base. Nous aurons besoin de la collaboration de tout le monde », ajoute le capitaine.

Le Projet de rationalisation de l'infrastructure du Transport et du Génie électrique et mécanique, appelé plus simplement TGEM, est dans les cartons du ministère de la Défense depuis plusieurs années. La firme Cegerco s'est associée à plusieurs entrepreneurs et fournisseurs de la région pour obtenir le contrat, qui amènera son lot de retombées locales.



La construction du nouveau bâtiment TGEM forcera la fermeture de nombreux espaces de stationnement et une réorganisation de la circulation sur le territoire de la base.

Pour le moment, on en sait bien peu sur les détails de l'échéancier et de l'organisation des travaux puisque l'annonce de l'attribution du contrat n'a pas encore été faite officiellement et que la date de la première pelletée de terre n'a pas non plus été fixée.

Du côté du Détachement des opérations immobilières, le capitaine Maneno affirme que la construction fera l'objet d'un autre arti-

cle en mars, alors qu'on en connaîtra un peu plus sur le déroulement et les impacts de la construction.

Lisez
le **VORTEX**
de Bagotville
en ligne sur pressdisplay.com ou
emportez-le n'importe où
grâce à Press Reader
PRESS DISPLAY
www.pressdisplay.com
PressReader
www.pressreader.com

Déjeuner familial du Carnaval

Carnival Family Breakfast

2017

18 février 8 H 30 À 11 H
GYMNASÉ DU CENTRE COMMUNAUTAIRE (CRFM)

PRIX D'ENTRÉE

- 6 \$ pour les personnes âgées de 13 ans et plus
- 4 \$ pour les enfants âgés de 2 à 12 ans
- **Gratuit** pour les enfants âgés de moins de 2 ans

Payable à l'entrée. Le prix inclut le brunch et la tige d'érable sur neige. Les enfants doivent être accompagnés d'un adulte.

Lors de ce déjeuner, il y aura toutes sortes d'activités :

- Tiro d'érable sur neige
- Jeux gonflables
- Jeu de baby-foot géant
- Clowns
- Maquilleurs
- Atelier de bricolage
- Activités multiples à l'extérieur

De plus, il y aura notre fameux **concours de crêpes annuel**. Inscriptions au concours de crêpes de 8 h 30 à 9 h 30. Début du concours à 9 h 45.

Téléphonez au CRFM afin d'obtenir de plus amples renseignements en composant le 418 677-7468.

February 18th FROM 8:30 TO 11:00 A.M.
COMMUNITY CENTRE (MFRC) GYM

ADMITTANCE FEE

- \$6 for people aged 13 years and older
- \$4 for children aged 2 to 12 years
- **Free** for children less than 2 years of age

This fee must be paid upon entry. The price includes a meal and maple taffy on snow. Children must be accompanied by an adult.

There will be all kinds of activities during this breakfast:

- Maple taffy on snow
- Inflatables games
- Giant Foosball
- Clowns
- Face painting artists
- Craft workshops
- Numerous outdoor activities

Furthermore, our famous **annual crepe contest** will take place! Crepe contest registration from 8:30 to 9:30 a.m. Beginning of contest: 9:45 a.m.

Call the MFRC to get further information by dialing 418 677-7468.

Impacts on parking and traffic

While we are still a few months away from summer, the Bagotville Real Estate Operations team is already organizing the parking needs and traffic flow that will have to be set up before the beginning of construction on the new hangar that is being built for the Transport and EME sectors.

"While we are so happy to see this construction happening, as we have waited a long time for it to begin, this construction will also be the source of many headaches" says the planning officer of the Bagotville Real Estate Operations Detachment, Captain Jean-Michel Maneno. "We

will have to close the long-term parking lot and totally reorganize traffic. Many construction trucks entering will also increase traffic in the smaller streets of the base. We will need everyone's cooperation," adds Captain Manero.

Further construction details are not available at this time, as there has yet to be an official announcement about who was awarded the contract and no start date has been set.

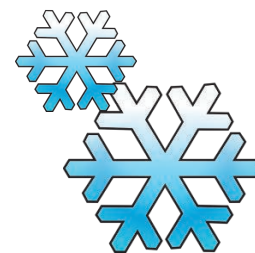
Captain Maneno promises the publication of another article in March with more details about the development and impacts of this construction.



Les Hivernades 2017

PROGRAMMATION

POUR TOUT LE PERSONNEL DE LA BFC BAGOTVILLE



13 février au 15 février

Sculpture sur neige en unité (rue Ottawa)

16 février

Activités extérieures

Stationnement Aréna

Hockey-bottine

Sciotte & godendard

Tir à la corde

Course à obstacles

Ballon-balais

Rallye pédestre

Terrain de balle

Triathlon (ski-raquette-tir)

Roulotte cuisine de rue Queue de Castor sur place

Activités intérieures

Gymnase

Volley-ball

Aréna

Hockey sur glace



Hangar 3

11 h 30 à 13 h 30 - Dîner Tourtière (gratuit)

13 h - Remise des bannières "Les Hivernades"

13 h 30 - Dévoilement du Concours de barbe & Queue de cheval

Service de Bar dès 11 h 30

Disco mobile

Service de raccompagnement dès 14 h



Merci à

CANEX

Partenaire de l'événement

Comité organisateur
Responsable : Claire Deschênes, Gestionnaire des Loisirs (PSP) poste 7581
Division de l'Administration: Cpl Marie-Ève Boudreault poste 4234 & Sgt David Payette poste 7680 Bâtisse 70, Bâtisse 60 (BSE, Alimentation, Conciergerie, Logement, FNP, Personnel civil, Contrôleur, Bureau de la Réserve), Bâtisse 116 (CSD, CRFM, CPE), Aumônerie, CISP
Service logistique : Approvisionnement : Sgt Murielle Gagnon poste 4258 Groupe SIT : Lt Omar Mirza poste 7777 Transport, Mouvement, GEM : Cpl Christian Chenard poste 7568 Groupe Infrastructures : Cplc Jonathan Boudreau poste 7222
3 EMA : Cplc Paul Blackburn poste 7758 & Cpl Louis-François Favreau poste 7862

425 ETAC & 433 ETAC : Cpl Luc Boulay poste 7356 & Cpl Ronadl Boivin poste 7101
10 EITA : Cplc Christopher Parker poste 4588
Division des Opérations : Slt Frédéric Thouin poste 4282
12° Radar : Cpl Gabriel Robichaud poste 7163
439 Esc SC : Cplc Luc Morissette poste 7364
25° C Svc S FC & Unité dentaire: Cpl Marc-André Vigneault poste 7543
23 Ele PM : Cpl Maxime Côté poste 7345
2° Escadre : Adjud Jean Lavoie poste 3219 & Cplc Sandra Bernier poste 4244
Concours de barbe & queue de cheval Responsable : Marie-Hélène Lapierre – CRFM – poste 7641

L'entraînement en musculation

Un effet sur le coeur ?

Aujourd'hui, la majorité de la population connaît les bienfaits de l'activité physique. Prenons par exemple la diminution des risques de maladies cardiovasculaires, le contrôle du poids corporel, l'estime de soi, etc. Mais savez-vous vraiment quelles sont les adaptations de votre cœur, le muscle cardiaque, à l'entraînement?

Pour la communauté militaire, l'entraînement physique fait partie du quotidien. Les militaires doivent réussir leur évaluation FORCE ou toute autre évaluation pour leur métier annuellement. Plusieurs aspects, tels que la force, la puissance et l'endurance, sont d'une grande importance. La musculation est l'un des meilleurs moyens pour les développer. Par contre, est-ce qu'un individu pratiquant uniquement ce genre d'entraînement améliorera les fonctions de son cœur?

Tout d'abord, lorsqu'une personne s'entraîne en musculation, il va y avoir une augmentation de l'épaisseur du ventricule gauche du cœur qui a pour tâche de propulser le sang dans le corps. Cela lui permettra de contracter une plus grande force afin d'aider les muscles à répondre à la charge demandée. Par contre, si un individu s'entraîne uniquement en musculation, il n'aura pas de changement physiologique significatif au repos, comme la fréquence cardiaque et la tension artérielle en comparaison avec une personne sédentaire. Les changements sont beaucoup plus marqués lorsque l'individu est soumis à un effort physique.

Selon une étude réalisée par un groupe de scientifiques de l'Université de Harvard, les sujets qui font de la musculation pendant 30 minutes ou plus par semaine diminuent les risques de maladies coronariennes de 23 % en comparaison à ceux

qui n'en font pas. Par contre, les sujets qui courent au moins une heure par semaine voient les risques diminués de 42 % par rapport à ceux qui ne courent pas. Le fait d'inclure 15 minutes par jour d'exercices cardiovasculaires tels que la course, le vélo ou le hockey, à une intensité modérée à élevée, diminuerait les risques de mortalité de 14 %. Pour avoir davantage de bénéfices pour le cœur, diversifier les entraînements reste la clé du succès!

Il est donc important de se souvenir qu'un programme d'entraînement combinant des exercices cardiovasculaires et musculaires permet un développement maximal des différentes qualités physiques nécessaires à la vie de tous les jours.

Pour plus d'informations ou pour un programme d'entraînement adapté à chacun, contactez un professionnel PSP au poste 4253.

La

parole aux aumôniers



NON au suicide

Au soir de sa vie, aucun humain ne peut prétendre n'avoir jamais été l'objet de soubresauts de la vie ou d'une situation si difficile qu'il aurait préféré ne pas exister. Ce qui laisse comprendre que dans la vie chaque humain à un moment ou à un autre a son lot de difficultés, de défis voire de misère. Un auteur biblique, Salomon, enseigne ceci : *il y a un temps pour tout, un temps pour toutes choses sous les cieux*. C'est cette phrase qui constituera la toile de fond de notre réflexion sur le thème : Non au suicide.

Le temps est à la fois un allié et un redoutable adversaire de l'espèce humaine. Dans les moments savoureux, nous aimerions arrêter le temps pour que ce moment perdure, mais il file. Notre attitude est contraire dans l'adversité, nous aimerions que le temps s'enfuit à toute jambe afin que nous puissions être libérés des tenailles de nos souffrances; mais, dans notre esprit, les jours d'angoisses sont plus longs que les autres, le temps fige.

Contre le temps, on n'y peut rien, on ne peut pas le changer. Mais, on peut changer d'attitude dans le temps, car il y a un temps pour toutes choses. Un temps pour être dans la joie et l'abondance, un temps pour être dans la tristesse et la pénurie, un temps pour chercher de l'aide.

Les difficultés peuvent nous rendre plus forts, il suffit qu'on sache prendre la bonne décision. Soit on accepte patiemment d'endurer les souffrances que peut générer la situation difficile, soit on sollicite de l'aide. Mais jamais se jeter dans les bras de la mort n'a été une solution. Car, en se donnant la mort, la difficulté et la souffrance qu'elle a générée ont gagné. Qui plus est, par ce geste, on leur donne le gain pour qu'elles continuent d'empoisonner et de semer la terreur dans la vie de ceux qu'on a aimés.

Voici une histoire vraie survenue en Haïti qu'on a rapportée.

Un homme avait décidé de se suicider à cause de l'amertume de la vie. Il lui restait seulement quelques patates douces à manger. Il décida de les faire cuire, de se percher sur un arbre et de les consommer avant de se pendre. Corde à la main, il grimpa sur l'arbre, éplucha ses patates et se mit à les consommer en silence. Tandis qu'il était en train de manger, un homme passa sous l'arbre et remarqua les pelures de patates. Sans poser de question, l'homme se jeta sur elles et, à grands coups de dents, il en mangea en remerciant la Providence, car, dit-il : « Cela fait trois jours depuis que je n'ai rien mangé, je vais en apporter à ma famille ».

Alors, le consommateur de patates douces comprit que sa situation était bien meilleure que celle de cet homme. Il décida de chercher des solutions fructueuses, capables d'améliorer son existence et celle de ceux qu'il aime.

Non *au suicide* n'est pas un slogan vide de sens, il s'agit d'une invitation à se battre plutôt que d'abdiquer. Il ne faut pas céder, il faut laisser le temps faire son travail. Car cet allié finit toujours par emporter au loin les situations difficiles.

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

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.

CANEX
A division of CFMWS
Une division des SBMFC



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

L'ACTUALITÉ EN **Survolo**

PHOTO : IMAGERIE CPL CHALIFOUR



ALIMENTATION



L'équipe de la PSP, en collaboration avec Canex, a procédé au lancement du programme Alimentation le 11 janvier dernier. Ce nouveau programme permet d'identifier de meilleurs choix santé ou qui conviennent mieux au conditionnement physique dans les étalages des magasins Canex partout au pays. Ces aliments sont identifiés par le logo Alimentation.

Le programme sera aussi étendu à l'étiquetage des produits vendus dans des machines distributrices à compter du mois de mars.



PHOTO : IMAGERIE CPLC PICARD

ZOOM PHOTO BAGOTVILLE



Dans le cadre de la Semaine nationale de prévention du suicide, qui a eu lieu du 29 janvier au 4 février 2017, l'équipe Promotion de la santé, en collaboration avec la section d'imagerie de la base, a tenu un concours photo amateur pour une quatrième année. Le résultat de ce concours est exposé jusqu'au 14 février dans le hall d'entrée du Centre récréatif de la base. En tout, 110 photos réalisées par 58 participants sont exposées. Chacune de ces photos exprime en image pourquoi la vie est belle aux yeux de la personne qui l'a prise. Passez voir le résultat! Et surtout, ne sous-estimez pas l'impact positif que vous pouvez avoir sur quelqu'un dont la lentille est un peu embrouillée.



PHOTO : IMAGERIE CPL CHALIFOUR

ANNIVERSAIRE



Les membres de la Branche des services logistiques des Forces armées canadiennes ont souligné le 49^e anniversaire de la branche logistique le 2 février dernier. Pour l'occasion, l'équipe de la cuisine des mess avait confectionné un gâteau d'anniversaire aux couleurs de la branche.

Fabuleuse gastro!

Eh oui, malheureusement, plusieurs cas de gastro circulent en ce moment parmi vous. Si vous ne voulez pas l'attraper ou voulez vous en débarrasser, suivez ces conseils! Premièrement, la gastro est généralement causée par un virus, une bactérie ou un parasite. Cet intrus crée une inflammation de l'estomac et de l'intestin occasionnant le vavite (la diarrhée) et des vomissements pouvant durer de un à trois jours.

Ce virus ne vous sautera pas dessus, mais il est très contagieux et demeurera sur vos mains souillées et dans vos selles, et ce, pouvant aller jusqu'à deux semaines après la fin des symptômes! C'est pourquoi vous devez être vigilant et vous laver les mains souvent et adéquatement pour prévenir la transmission du virus! La transmission se fait par voie « orofécale », c'est-à-dire que le virus s'installe dans les selles de l'hôte, pour se retrouver malencontreusement sur les mains du contaminé et terminer sa course

sur les mains d'autres personnes par l'entremise d'objets ou par contact direct. Ces dernières porteront alors leurs mains infectées à la bouche, au nez ou au visage, et ce joli processus contaminera alors un nouvel hôte gratuitement.

Donc, lavez vos mains et celles de vos enfants régulièrement, au retour de l'école ou de la garderie, avant de préparer la nourriture et avant de manger! De plus, procédez à une hygiène rigoureuse de vos mains à la sortie des toilettes, puisque cette fabuleuse gastro peut se retrouver partout autour de vous et surtout dans les toilettes! Cet intrus n'attend que ce moment opportun pour s'installer chez vous sans invitation!

Si par malheur, vous êtes pris avec cette généreuse gastro, il est important de rester bien hydraté et de vous alimenter selon certaines recommandations. Les pâtes, le riz, les viandes maigres, les œufs, le pain, les fruits frais ou en conserve, les légumes

cuits et les céréales non sucrées sont tous des choix adaptés pour vous aider à vous rétablir rapidement. Par ailleurs, il importe d'éviter les jus de fruits contenant beaucoup de sucre, la caféine, les boissons gazeuses, les produits laitiers, ainsi que les aliments épicés, frits ou gras. De plus, pour éviter la contamination des autres membres de la famille, veillez à désinfecter les surfaces souillées par les vomissements ou les selles contaminées, ainsi que la literie et les vêtements ayant pu être en contact avec celles-ci. Aussi, il sera préférable d'éviter de préparer à manger lorsque vous êtes symptomatique. Sur ce, nous vous souhaitons un bon lavage de mains! Pour de plus amples informations, consultez le site de l'Agence de la santé publique du Canada et le Portail santé mieux-être du site du Gouvernement du Québec.

Élof Moreau, Myriam et Aspm Gagné, Émilie
Infirmières militaires OJT au 25^e C Svc S FC, Bagotville.



Auto - Camion de 12 à 26 pieds
Minibus - Camion réfrigéré - Tracteur



Entreposage intérieur et extérieur
Espace compartimenté ou à aire ouverte chauffé ou non-chauffé

nolicamlocation.com

418 545-4444
1 800 223-5292

Opéré par >
NOLICAM

418 699-0920
2353, boulevard du Royaume, Jonquière



Accumulez des miles de récompenses Air Miles®





Colloque des étudiants du CÉRIUM sur l'aide humanitaire

Le Icol Mallet partage son expérience

Le Icol Francis Mallet de la 2^e Escadre a pris part le 25 janvier dernier à un colloque portant sur l'aide humanitaire organisé par les étudiants du Centre d'études et de recherches internationales de l'Université de Montréal (CÉRIUM).

Ce colloque avait pour objectif de porter un regard différent sur l'aide humanitaire en s'interrogeant sur la militarisation, l'ingérence et la politisation de ce soutien aux communautés dans le besoin.

« Ce fut une expérience très enrichissante. Comme militaire, il est important d'expliquer quel est notre rôle lors de missions humanitaires. Notre rôle est de stabiliser l'environnement et de le

rendre suffisamment sécuritaire pour que les ONG puissent venir en aide à la population », explique le Icol Mallet, qui a lui-même participé à des missions sur le terrain, dont une au Népal à la suite d'un important séisme.

« Ce genre de discussion entre différents acteurs de l'aide humanitaire est très important au moment où le Canada a annoncé son retour au sein des Casques bleus de l'ONU, qui examine d'ailleurs actuellement l'ensemble du processus lié à l'aide internationale », ajoute le Icol Mallet.

Un colloque comme celui-là offre aussi l'occasion à ceux qui étudient l'aide humanitaire de confronter leur vision à la réalité vécue sur le



Au cours du colloque organisé par les étudiants du CÉRIUM, le Icol Mallet a présenté le rôle des militaires en soutien à l'aide humanitaire.

terrain. « C'est réconfortant de rencontrer des jeunes in-

telligents et branchés qui fait », conclut le lieutenant-colonel Mallet. s'intéressent à ce qu'on



AR CONSTRUIT PARTOUT
AU SAGUENAY-LAC-ST-JEAN ET PLUS

#RBQ 8271-8974-17

À VENDRE



LEED CERTIFICATION

Magnifique maison unifamiliale à vendre. Certifiée LEED (Maison éco-énergétique) et Novoclimat 2.0. Vous bénéficiez d'un crédit de taxes municipales de 100 % pour les deux premières années, de 50 % la troisième et la quatrième année et de 25 % la cinquième année. Elle est située au 2563, des Sénateurs à Jonquière. Pour plus d'informations ou pour la visiter, vous pouvez nous rejoindre au (418) 695-6646.

418 695-6646 www.arconstruction.ca



LCol Mallet share his experience of humanitarian help

LCol Francis Mallet of 2 Wing took part in a symposium on humanitarian aid organized by the students of the Center for International Studies and Research of the University of Montreal (CÉRIUM) on January 25th.

This symposium aimed to take a different look at humanitarian aid by questioning the militarization, interference and politicization of this support to communities in need.

"It was a very rewarding experience. As a military, it is important to explain what our role is in humanitarian missions. Our role is to stabilize the environment and make it safe enough for NGOs to come to the aid of the people," says LCol Mallet, who has also participated in field missions, including one in Nepal.

"It's comforting to meet smart, trendy youth who are interested in what we do," concludes LCol Mallet.

CENTRE DENTAIRE

Desgagné

Ouellet

☎ Dentisterie générale
☎ Service de dentisterie esthétique
☎ Service de prothèse sur implant

Dr Bernard Desgagné, DMD
Dr Martin Ouellet, DMD

543-6821
729, boul. Barrette, Chicoutimi
COIN BARRETTE ET ST-PAUL

PROGRAMME **PLEIN AIR** 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	51,74 \$	32 \$
Remontée journée étudiant 14-23 ans	40,24 \$	25 \$
Remontée journée enfant 7-13 ans	28,74 \$	16 \$
Remontée journée enfant moins de 6 ans	Gratuit	Gratuit
Location journée ski et planche	35 \$	16 \$
Accès Haute-route	28,74 \$	16 \$
Location - ski haute-route	65 \$	32 \$
Les militaires d'autres bases en visite bénéficient de 20% de rabais au guichet.		
Le Valinouët (1-866-260-8254)		
Remontée journée adulte	43 \$	35 \$
Remontée journée étudiant 16 - 23	36 \$	29 \$
Remontée journée enfant 6 - 15	31 \$	22 \$
Remontée journée enfant /moins de 5 ans	Gratuit	Gratuit
Location journée ski et planche	35 \$	16 \$
Glissade en tube (3 heures)	13,50 \$	7 \$
Mont Bélu (418-697-5090)		
Remontée journée adulte	25 \$	9,99 \$
Remontée journée étudiant	20 \$	9,99 \$
Remontée journée enfant - 5 ans	Gratuit	Gratuit
Location ski / planche journée (bâtons en sus)	28,74 \$	19 \$
Remontée 1/2 journée adulte	20 \$	9,99 \$
Remontée 1/2 journée étudiant	15 \$	9,99 \$
Remontée 1/2 journée enfant - 5 ans	Gratuit	Gratuit
Location ski / planche 1/2 journée (bâton en sus)	23 \$	15 \$
Passe de Saison		
Adulte 18 ans & +	281,69 \$	195 \$
Étudiant 6 - 23 ans	195,46 \$	105 \$
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	Free
Location ski, planche, mini-ski journée	25 \$	15 \$
Remontée 1/2 jour ou soir, adulte 18 ans & +	13 \$	8 \$
Remontée 1/2 jour ou soir, étudiant 6 - 23 ans	8 \$	4 \$
Remontée 1/2 jour ou soir, enfant - 5 ans	Gratuit	Gratuit
Location ski, planche, mini-ski 1/2 jour ou soir	20 \$	12 \$
Glissade 3 hres adulte 16 ans & +	9 \$	5 \$
Glissade 3 hres étudiant 15 ans & -	6 \$	3 \$
Mont Lac Vert (418-344-4000) Jour / 4 heures		
Remontée adulte 18 ans +	38 \$ / 34 \$	22 \$
Remontée étudiant 13 - 23 ans	33 \$ / 29 \$	19 \$
Remontée enfant 6 - 12 ans	28 \$ / 24 \$	13 \$
Remontée enfant - 5 ans	Gratuit	Gratuit
Location ski / planche / blade Adulte		À venir
Location ski / planche / blade Étudiant		À venir
Location ski / planche / blade Junior		À venir
	Soir	Soir
Remontée pour tous	15 \$	9 \$
Remonté — enfant moins 5 ans	Gratuit	Gratuit
Location pour tous		À venir
Glissade en tube pour tous (2 h)	15 \$	8 \$

Sites & Activités	Prix régulier	Prix Plan Sports & Loisirs
Parc Rivière-du-Moulin (418-698-3235)		
Adulte-Randonnée ski (12 ans et - GRATUIT)	5 \$	2 \$
Location — ski de fond pour tous	11 \$	4 \$
Location — raquettes	6 \$	2 \$
Passe de saison adulte	30 \$	15 \$
Passe de saison 17 ans et moins	20 \$	8 \$
<i>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 24 \$ pour 2 ans aux non-résidents de Saguenay.</i>		
Bec-Scie (418-697-5132)		
Ski de fond adulte	9 \$	4 \$
Ski fond étudiant 12 à 23 ans	7 \$	3 \$
Ski fond enfant 12 ans et moins	Gratuit	Gratuit
Randonnée raquette 13 ans et plus	3,75 \$	1 \$
Location ski de fond	10 \$	4 \$
Location de raquettes	5,04 \$	2 \$
Le Norvégien (418-546-2344)		
Ski de fond adulte 18 ans & +	9 \$	4 \$
Ski de fond étudiant 13 ans & +	6 \$	3 \$
Ski de fond enfant (6 - 12 ans)	Gratuit	Gratuit
Location ski de fond	11 \$	4 \$
Accès raquette pour tous	3 \$	1 \$
Location de raquettes	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 \$	9,99 \$
Centre Joseph-Nio, Chicoutimi (418-543-3768)		
1 Allée grosses ou petites quilles, 1 hre / 6 pers	20 \$	6 \$
Pêche blanche, Secteur Grande Baie (418-544-4655)		
Sébaste / éperlan	91,98 \$	50 \$
Musée du Fjord, La Baie (418-697-5077)		
Adulte 18 ans & +	15 \$	6 \$
Enfant 6 ans & +	8,50 \$	3 \$
Enfant moins de 5 ans	Gratuit	Gratuit
Zoo de Falardeau (418-673-4602)		
Accès et visite guidée — Réservation obligatoire avant d'acheter vos billets (départs 10h, 13h, 15h) www.zoodefalardeau.com		
14 ans et +	15 \$	12 \$
2 à 13 ans	9 \$	6 \$
Enfant moins de 2 ans	Gratuit	Gratuit

Voir la suite des activités en page 16

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.savainc.ca		
0 à 11 mois	Gratuit	Gratuit
12 à 35 mois	6,90 \$	2 \$
3 à 14 ans	13,80 \$	7 \$
Accompagnateur 15 ans & plus	4,60 \$	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 \$	6 \$
Junior (15 ans et moins)	8 \$	4 \$
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 Adultes (13 ans et plus)		À Venir

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 ou de raquette à neige
- Contactez Claire Deschênes au poste 7581
- Droit d'accès aux sentiers de motoneige & VTT
- Contactez Marie-Ève Thibeault au 7521

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

Le Service des plaques porte-clés des Amputés de guerre

Ça fonctionne! Près de 13 000 trousseaux de clés perdus sont retournés à leurs propriétaires chaque année.

« Merci de m'avoir retourné mes clés de voiture en toute sécurité! Les remplacer aurait coûté 265 \$, alors je suis ravi de les avoir de nouveau en ma possession. » – Un donateur

Commandez en ligne les plaques porte-clés.



Les Amputés de guerre
1 234 567 89


Les Amputés de guerre
 514 398-0759 ou 1 800 250-3030
amputesdeguerre.ca

Pour verser un don ou obtenir des renseignements sur la façon de faire un don testamentaire, visitez le site Web de l'association.

N° d'enregistrement d'organisme de bienfaisance : 13196 9628 RR0001

D'autres rabais grâce aux partenaires des Loisirs PSP

Diffusion Saguenay

Afin que vous puissiez profiter de magnifiques spectacles, votre section des loisirs PSP a conclu un partenariat avec Diffusion Saguenay.

Pour la majorité des spectacles présentés par Diffusion Saguenay recevez un escompte de 10%

Consulter le www.diffusion.saguenay.ca pour connaître la programmation

Pour connaître les spectacles éligibles et réserver vos billets vous devez appeler au 418-698-4080, mentionnez que vous êtes de la BFC Bagotville et que chaque personne possède sa carte PSL. Vous devez avoir votre carte de crédit pour le paiement.

Par la suite vous pourrez récupérer vos billets à la billetterie de la salle de spectacle, le jour de la représentation. Chaque membre de la famille devra alors aller à la billetterie et montrer sa carte PSL de couleur orange ou bleue. Pour profiter du rabais, il est de votre responsabilité de vous assurer d'avoir votre carte PSL pour chaque personne.

Yuzu sushi, Chicoutimi

(418-543-5522)

Rabais sur certaines variétés de sushi en tout temps

Présentation de la carte PSL obligatoire

Cinéma Odyssée, Place du Royaume

Obtenez un retour en argent sur le prix régulier payé au guichet en présentant votre billet et votre carte au comptoir PSL

Sur les représentation en anglais du jeudi soir et du dimanche après-midi, recevez un retour de 3\$ au comptoir PSL pour chaque billet adulte au prix régulier de 8 \$ et enfant au prix de 5 \$ acheté au guichet du cinéma Odyssée de Place du Royaume.

Représentation en français du mardi recevez un retour de 1,50 \$ au comptoir PSL pour chaque billet adulte ou enfant au prix régulier de 6,50 \$ acheté au guichet du cinéma Odyssée de Place du Royaume.

Pour profiter du remboursement, chaque membre de la famille doit présenter sa carte PSL

Ferme 5 étoiles, Sacré-Cœur

Adresse: 465 Route 172 W, Sacre-Coeur-Saguenay G0T 1Y0

Profitez d'un escompte de 15% pour chacune des activités familiales suivantes:

traîneau à chiens, motoneige sur le fjord du Saguenay, rencontre avec les loups, pêche blanche en famille, raquettes, cabane à sucre traditionnelle.

Pour recevoir votre escompte et réserver votre activité vous devez appeler directement à la Ferme 5 Étoiles au 418-236-4833 ou le 1-877-236-5151 et mentionner que vous êtes membre de la BFC Bagotville et que chaque personne a sa carte PSL orange ou bleue. La journée de votre activité, chaque membre de la famille doit montrer sa carte PSL. Si une personne n'a pas sa carte, elle ne recevra pas l'escompte.

Pour connaître les détails des activités et la tarification, consulter la section « hiver » du site www.ferme5etoiles.com



Calendrier des activités du CRFM de Bagotville

MFRC Bagotville Calendar of Events



février — mars 2017

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
Planifiez la livraison d'un cadeau à votre Valentin au CRFM au plus tard le 10 février				9 Parents-enfants: gymnase Teen Town: sports PSP <i>Les Croquignoles</i>	10 Parent-enfants: bricolage (cœur en boutons) Teen Town: patinage à la patinoire de la de la BFC Bagotville	11 Atelier de confection de sushis Répit-déploiement Teen Town: sortie Mont-Édouard avec PSP de 13 h à 16 h et fondue au chocolat de 18 h à 21 h
12	13 Bears Groupe tricot	14 Soirée créative Parents-enfants: gymnase <i>Les Croquignoles</i>	15 Bears Parents-enfants: bricolage Teen Town: soirée dans la salle de jeux du centre communautaire	16 <i>Les Croquignoles</i> Teen Town: sports PSP	17 Journée pédagogique Teen Town: on joue aux Loups-garous	18 Déjeuner familial du carnaval Teen Town: sortie en raquettes de 13 h à 16 h et activités libres de 18 h à 21 h
19	20 Journée pédagogique Groupe tricot Bears	21 Les Croquignoles Soirée créative	22 Soirée des conjointes The Bears Parents-enfants: gymnase Teen Town: soirée Gangster	23 Parents-enfants: bricolage Les Croquignoles Teen Town: sports PSP	24 Journée pédagogique Parents-enfants: jeux libres Teen Town: activités libres	25 Ateliers scientifiques pour les enfants Teen Town: sortie Parc Rivière-du-Moulin de 13 h à 16 h et mais soufflé et film de 18 h à 21 h
26	27 Groupe tricot	28 Soirée créative	1 mars Teen Town: activité à confirmer	2 <i>Les Croquignoles</i> Teen Town: sports PSP	3 Teen Town: à confirmer	4 Teen Town: activité à confirmer de 13 h à 16 h et de 18 h à 21 h
5	6 Journée pédagogique P.D.Day The Bears Groupe tricot	7 Soirée créative <i>Les Croquignoles</i>	8 The Bears Teen Town: à déterminer	9 <i>Les Croquignoles</i> Teen Town: à déterminer	10 Teen Town: à déterminer	11 Teen Town: à déterminer
SEMAINE DE LA FEMME						

LUIS MARTINEZ
Residential real estate broker
418 557-5673
lmartinez@viacapitale.com
Via Capitale Saguenay-Lac-St-Jean
Agence immobilière
1212, boul. Talbot, bureau 204
Chicoutimi, QC G7H 4B7
418 543-5511

Ville de la Baie
1344 rue Bagot
544-5931
Dentiste
Redécouvrez les soins dentaires
Centre de Santé dentaire Nadia Bergeron

Lisez
le **VORTEX**
de Bagotville
en ligne sur pressdisplay.com ou emportez-le n'importe où grâce à Press Reader
PRESS DISPLAY
www.pressdisplay.com
PressReader
www.pressreader.com

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

JOURNÉE INTERNATIONALE DE LA FEMME



**Mercredi 15 mars de 11 h 30 à 15 h 30,
Salle à manger, Mess des rangs junior (Bât 87)**

***Prix de
présence**

**Conférencière :
Mme Karine Trudel,
Députée de Jonquière**

NOUVELLE FORMULE

***Dîner, conférence et kiosques tout l'après-midi,
avec prix de présences.**

**Les kiosques sont ouverts à tous et toutes
(même sans billets)
dès 11 h 30.**

Venez nous voir!

(Tenue civile recommandée pour l'occasion)

***Billets en vente auprès du comité organisateur (argent comptant seulement)**

Slt Guillaume Ménard ,7538 (Div Admin)
Mme Cynthia Ruest, 4912 (Administration)
Adjum Richard Gilbert, 7057 (Operation)
Cplc Véronique Savard, 7599 (10 FTTS)
Cplc Isabelle Lévesque, 4232 (439 Esc SC)
Cplc Karine Bois, 7778 (3 EMA)
Sgt Julie Beauregard, 6861 (Logistique)
Mme Joanie Garneau, 661-7993 (Administration)
Cpl Joanie Couture, 7319 (Contrôleur)

Capt Khaled El Seweify, 4047 (Ops)
Cplc Dion-Lelievre, 7874 (425 ETAC)
Mme Valérie Tremblay, 7827 (Administration)
Cpl Marylaine Chaput, 4109 (3 EMA)
Cplc Nathalie Houde, 7622 (Logistique)
Cpl Claudia Banville, 7345 (23 Ele PM)
Cpl Laura Dassylva-Mener, 7148 (Logistique)
Cplc Pascal Breton, 3239 (2 EEA)