

Le **VORTEX** de Bagotville



Volume 14 Numéro 8

LE JOURNAL DE LA BASE DES FORCES CANADIENNES DE BAGOTVILLE

AOÛT 2019



Balle lente

Les deux équipes de Bagotville championnes régionales

pages 2 et 3

Une délégation de la 2^e Escadre à la Marche Nimègue... page 5

Du changement dans les équipes de commandement... page 7

Le camp des cadets à Bagotville fête ses 60 ans cet été... page 10



**GARAGE
JEAN-PIERRE
TREMBLAY**

La Baie
2460, rue Bagot
418-544-4455

Chicoutimi
1737 boul. Talbot
418-545-4455

Passez nous voir avant de prendre la route des vacances!

**DEMANDEZ À NOS
SPÉCIALISTES UNE
VÉRIFICATION
COMPLÈTE ET
PARTEZ L'ESPRIT
TRANQUILLE**



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



Un été exceptionnel pour les athlètes de Bagotville

Victoires au championnat régional pour les équipes

Les deux équipes représentatives féminine et masculine de balle lente de la BFC Bagotville ont causé toute une surprise en remportant toutes les deux le championnat régional tenu à Bagotville du 8 au 12 juillet dernier.

Traditionnellement, les équipes de balle lente de Bagotville, même si elles faisaient bonne figure, n'avaient jamais réussi à remporter le fanion des champions.

Les femmes ont offert une performance exceptionnelle en remportant les cinq parties auxquelles elles ont pris part lors du tournoi à la ronde. Lors de la finale qui s'est déroulée sous la pluie, les femmes ont tout donné pour battre une autre fois l'équipe de l'USFC d'Ottawa et aller chercher la bannière tant convoitée.

De leur côté, les hommes étaient troisièmes après le tournoi à la ronde. En finale, face à l'USFC d'Ottawa, l'é-

quipe masculine a elle aussi réussi à arracher la victoire et à repartir avec le fanion.

À la suite de ces victoires, les deux équipes devaient représenter la région du Québec lors du championnat national à la BFC Trenton. Malheureusement, la compétition a dû être annulée en raison de restrictions budgétaires.

Hockey-balle

D'autres athlètes ont aussi profité de la saison estivale pour se démarquer à tous les niveaux.

C'est le cas de l'équipe féminine de hockey-balle de Bagotville qui a remporté la saison régulière de la ligue de hockey-balle du Saguenay. La ligue civile regroupe 14 équipes de la région.

Les Spitfires de Bagotville ont complété la saison régulière avec une fiche de 12 victoires et une seule défaite. Elles ont réussi à devancer les deuxième et troisième places



PHOTO : IMAGERIE CPLC PICARD

L'équipe féminine de balle lente de Bagotville a remporté l'or au championnat régional. Même la pluie battante n'a pas réussi à affecter leur moral.



PHOTO : IMAGERIE CPLC PICARD

Après avoir terminé troisième lors du tournoi, les hommes de Bagotville ont réussi à gagner les parties qui comptaient et à remporter eux aussi l'or.

grâce à leur moyenne de points par partie supérieure aux deux autres équipes du peloton de tête.

«Tous les membres de l'équipe ont travaillé fort tout au long de la saison. Nous avons un bel esprit d'équipe ainsi qu'un bel enthousiasme à jouer au hockey. Aucune pression n'a été mise sur l'équipe, le mot d'ordre était tout simplement de s'amuser et de garder le sourire, peu im-

porte le résultat », mentionne l'avr Eloise Lajoie qui s'est aussi démarquée au plan individuel en terminant au 3^e rang des marqueuses de la ligue avec 10 points, soit une moyenne de deux points par partie jouée.

Triathlon

Deux athlètes de Bagotville, le cpl Vincent Blais et la cplc Anne-Marie Pouliot, ont aussi laissé leur marque lors du

championnat national de triathlon des FAC le 6 juillet dernier. L'événement se déroulait conjointement avec la 28^e édition du triathlon d'Ottawa.

Le cpl Blais parcourait la distance olympique (15 km de natation, 40 km en vélo et 10 km de course à pied). Avec un temps de 2 h 4 m 13 s, il a terminé 2^e du championnat des FAC dans sa catégorie (M25-29) et 4^e sur 170 participants (civils et militaires) dans sa catégorie d'âge.

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 septembre 2019
Date de tombée pour la prochaine édition:
Mardi 1^{er} septembre

féminine et masculine de balle lente



L'équipe féminine de hockey-balle de Bagotville a remporté la saison régulière de la ligue civile du Saguenay.

Pour sa part, pour une deuxième année consécutive, dans la distance olympique, la cplc Pouliot a terminé 4^e du championnat des FAC dans sa catégorie (F30-34) et 9^e sur 51 femmes (civiles et militaires), avec un temps de 2 h 35 m 14,8 s.

«Ce fut une très belle expérience de compétitionner avec tous ces athlètes militaires de haut niveau! L'ambiance et le support de l'équipe étaient incroyables. Malgré que ce ne fût pas ma meilleure performance, je suis très fière de mon accomplissement et j'espère pouvoir y retourner et performer

d'avantage l'année prochaine», mentionne la cplc Pouliot.

D'autre part, le cpl Vincent Blais a aussi pris part au Triathlon longue distance Ironman à Mont-Tremblant, le 25 juin. Lors de ce défi d'envergure internationale, les athlètes doivent parcourir 1,9 km de nage, 40,44 km à vélo et 21 km de course à pied. Le cpl Blais a obtenu un temps de 4 h 12 m 25 s. «Mon nouveau record!», mentionne avec fierté ce dernier.

Ses excellents résultats sont certainement le reflet des

efforts et de la détermination du cpl Blais, mais aussi de toute l'équipe de professionnels qui l'entoure. Les programmes de conditionnement physique et sport et tous les professionnels externes ont permis l'atteinte de ces résultats remarquables.

Les compétitions civiles sont une composante distincte du programme national et international des sports militaires. Le processus relatif à la participation à des compétitions sportives civiles vise à encourager les athlètes de haut niveau qui ne font pas partie de la structure actuelle des sports militaires des FAC à prendre part à ces compétitions en leur offrant du soutien et de l'aide. Le cyclisme, l'ultra-marathon et l'haltérophilie sont des exemples de ces sports.

Rappelons que le programme de conditionnement physique et de sport des FAC joue un rôle important dans la promotion du conditionnement physique et de la santé au sein de la communauté militaire. Les



Après une quatrième position à Ottawa sur distances olympiques, le cpl Vincent Blais a pris part au triathlon Ironman de Mont-Tremblant.

sports inspirent les membres des FAC à améliorer leur condition physique et à développer leur autodiscipline,

ainsi que leurs qualités de chef. Ils favorisent également la cohésion, l'esprit d'équipe, la loyauté et l'engagement.



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.

Great performances for Bagotville athletes

The two representative women's and men's slow-ball teams from CFB Bagotville caused a surprise by winning both the regional championship held in Bagotville from July 8th to July 12th.

The women performed exceptionally well by winning the five games they played in the round robin. In the final, the women gave their all to beat the CFSU Ottawa team again and go for the coveted banner.

For their part, the men were third after the round robin. It was in the final that they distinguished themselves by winning the two decisive games. In the final, against the UFSC of Ottawa, the men's team also managed to snatch the victory

and leave with the pennant.

Following these victories, both teams had to represent the Quebec region at the national championship at CFB Trenton. Unfortunately, the competition had to be canceled due to budget restrictions.

Other athletes also took advantage of the summer season to stand out at all levels. This is the case of the women's ball hockey team Spitfires of Bagotville who won the regular season of the Saguenay Ball Hockey League. The Civil League brings together 14 teams from the region (12 W / 1 L).

Two athletes from Bagotville, Cpl Vincent Blais and MCpl Anne-Marie Pouliot, also left

their mark at the CAF National Triathlon Championship on July 6th. The event was held in conjunction with the 28th edition of the Ottawa Triathlon.

Cpl Blais finished 2nd in the CAF Championship category (M25-29) and 4th out of 170 participants (civilian and military) in her age category.

For her second year in a row, MCpl Pouliot finished 4th in the CAF Championship in her category (F30-34) and 9th out of 51 women (civilian and military).

Civil competitions are a separate component of the national and international military sports program to encourage high performance athletes.



La cplc Anne-Marie Pouliot était heureuse de sa participation au championnat national de triathlon des FAC où elle a terminé en quatrième position.

LE **Mot** du **COMMANDANT**

Ensemble vers l'avant!

L'adjudant-chef Robert Sullivan, moi-même ainsi que nos familles sommes très contents d'être parmi vous au Saguenay et sommes heureux d'entreprendre nos responsabilités en tant qu'équipe de commandement de la 2^e Escadre – le fer de lance de l'Aviation royale canadienne.



Je suis sûr que l'équipe de la 2^e Escadre, en collaboration avec celle de la 3^e Escadre et des membres de la Base des Forces canadiennes (BFC) Bagotville, saura relever les défis lancés vers elle avec fierté et savoir-faire.

Par Col. Luc Girouard
Commandant de la 2^e Escadre

C'est un quatrième retour pour moi dans la région du Saguenay-Lac-Saint-Jean et je suis très heureux de retrouver son esprit

de grande famille et sa joie de vivre qui sont vivement présents dans l'atmosphère de la BFC Bagotville. Durant les prochaines années, l'équipe de commandement de la 2^e Escadre s'engage à contribuer positivement à cette atmosphère, et à interagir de manière active avec la communauté régionale.

Je tiens également à remercier le brigadier-général Luc Guillette qui a su, lors de son mandat, mener la 2^e Escadre de l'avant. Sous son autorité, la 2^e Escadre a su mener à bien les missions de l'Aviation royale canadienne et, par la création du Centre d'entraînement Boyd, a su optimiser sa capacité d'entraînement collectif de la Force opérationnelle aérienne. Je souhaite la meilleure des chances à toute sa famille et à lui lors de leur séjour à Winnipeg.

During the coming years, we will continue to contribute positively and actively engage with Saguenay-Lac-Saint-Jean and surrounding municipalities. While delivering on our Royal Canadian Air Force mission, our focus remains on the wellbeing of our Canadian Armed Forces members and families and we recognize that the fulfillment of our mission would be impossible without the invaluable support from all our members and the local community.

Je vous remercie pour votre accueil chaleureux, et j'en profite pour vous souhaiter une bonne fin de la période estivale à vous et vos êtres chers, ainsi qu'une bonne saison des mutations et une bonne rentrée scolaire.

Revenez-nous en pleine forme et rempli d'enthousiasme. L'équipe de commandement de la 2^e Escadre est avec vous, tous ensemble vers l'avant!



VETERAN FAMILY PROGRAM

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

PROGRAMME POUR LES FAMILLES DES VÉTÉRANS

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

CAFconnection.ca • ConnexionFAC.ca

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

LE MONTAGNAIS
HÔTEL MULTISERVICE
418-543-1521 • www.lemontagnais.qc.ca

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

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

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
BY NEWSPAPERDIRECT

www.pressreader.com

Une délégation de la 2^e Escadre aux Pays-Bas

Pour la première fois cette année, depuis sa formation en 2012, la 2^e Escadre a eu la chance d'envoyer une équipe de 11 membres pour participer à la célèbre marche de 160 km sur quatre jours à Nimègue, aux Pays-Bas, du 16 au 19 juillet 2019.

Collaboration spéciale
Capt Victor-Joël Couture
2 ESM

Chaque année, les Forces armées canadiennes envoient 14 équipes de partout au pays représentant la diversité des éléments de la Marine, de l'Armée et de l'Aviation. Les unités chanceuses sont choisies en se basant sur la célébration d'événements spéciaux, comme un 75^e anniversaire de fondation ou la date d'un honneur de bataille par exemple, ainsi que sur leur nombre de participations antérieures.

Il y avait plus d'une trentaine de candidats des différentes unités de l'Escadre, majoritairement de la Base des Forces canadiennes de Bagotville, venant du 2^e Escadron de soutien de mission (2 ESM), du 2^e Escadron de soutien aux opérations (2 ESO) et du 2^e Escadron d'entraînement expéditionnaire aérien (2 EEEA). Notons qu'il y avait six membres du 8^e Escadron de communication et de contrôle aérien (8 ECCA) de Trenton et un membre du 4^e Escadron de génie de construction (4 EGC) de Cold Lake qui avaient également manifesté leur intérêt à participer.

Pour décider qui seraient les heureux élus qui prendraient les 11 positions formant l'équipe officielle de la 2^e Escadre, des sélections ont eu lieu suite à un entraînement rigoureux, qui a débuté dès le mois de février. Les candidats ont marché de deux à quatre fois chaque semaine, beau temps mauvais temps, dans des températures allant

de -25 °C à +35 °C, en uniforme complet et avec un poids minimum de 22 livres dans leur sac à dos de patrouille. Les distances parcourues augmentaient graduellement de 5 km jusqu'à 40 km, le tout culminant en une double marche de 40 km quelques semaines avant le grand départ, totalisant au final plus de 850 km.

Pour le chef d'équipe, le major Colin Trudel du 2 ESO, et le sous-officier sénior de l'équipe, l'adjudant Tobie Légaré du 8 ECCA, qui ont organisé l'ensemble de l'œuvre, la tâche était grande. Ce dernier revient sur l'événement en disant que « ça a été un défi de coordonner l'entraînement des candidats de toutes les unités de la 2^e Escadre, qui sont basées dans trois provinces différentes, mais on y est arrivé! »

Il faut dire que cet entraînement était nécessaire, puisque la marche de Nimègue consiste à marcher dans cette ville des Pays-Bas et les campagnes environnantes pour plus de 160 km sur quatre jours. « La marche a été difficile, mais on s'y attendait », nous dit l'adjudant Annie Bonin, du 2 EEEA. Elle poursuit en expliquant que « tous les Canadiens ont réussi la marche et notre équipe est restée soudée et très proche jusqu'à la fin. Je suis très fière de nous! »

Profitant de l'occasion de leur présence en Europe, les membres du contingent militaire canadien ont tenu des cérémonies commémoratives devant le monument à la bataille de la Crête de Vimy en France, puis dans les cimetières militaires canadiens de Bergen op Zoom et de Groesbeek aux Pays-Bas. Les marcheurs ont aussi eu la chance de participer à des visites culturelles dans des musées retraçant l'histoire de la libération de la Hollande par les troupes canadiennes lors de la Seconde



Les membres de l'équipe de militaires de la 2^e Escadre, qui ont pris part à la marche Nimègue 2019, posent ici en compagnie du chef d'État-Major de la Défense du Canada, le général Jonathan Vance.

Guerre mondiale et ils ont pu observer les lieux mêmes des champs de bataille où leurs ancêtres ont combattu.

Pendant la marche, l'ambiance était à la fête. Dès les premières lueurs du lever du soleil, les habitants sortaient de leur maison et installaient chaises, tables, divans et même des systèmes de son sur le côté de la route pour regarder passer les marcheurs et les encourager. Les villages traversés avaient des airs de festival : banderoles, drapeaux, spectacles de musique et nourriture à profusion. Tout le long du trajet, des enfants offraient aux marcheurs des collations, des rafraîchissements ou même des fleurs. « L'événement est incroyable! », n'a pas arrêté de répéter le sergent Joey Pelletier du 2 ESM, chaque fois que l'équipe se retrouvait submergée par la foule en extase.

Le soir venu, au camp militaire d'Heumensoord, soldats et officiers de tous les pays se rencontraient dans les différentes aires de repos nationales ainsi qu'au mess international pour discuter des faits marquants de la journée, échanger des badges ou des drapeaux, danser un peu et relaxer tous ensemble.

La participation des membres de l'équipe de la 2^e Escadre à la marche de Nimègue 2019 restera gravée dans leur mémoire pour toujours. Ils sont revenus au

Canada, certes les pieds endoloris, mais l'esprit plein de souvenirs et le cœur fier de l'exploit d'endurance physique et mental qu'ils ont accompli.

2 Wing at Nijmegen March

For the first time this year since its formation in 2012, 2 Wing has sent an 11 members team to the famous 160 km four-day march in Nijmegen, Netherlands, from July 16 to 19.

Each year, the Canadian Armed Forces deploy 14 teams from across the country representing the diverse elements of the Navy, Army and Air Force. Lucky units are chosen based on the celebration of special events, such as a 75th anniversary of foundation or the date of a battle honor, for example, as well as their number of previous entries.

The march of Nijmegen takes place in the city of the same name and the surrounding countryside in the Netherlands, for more than 160 km over four days.

During the walk, the atmos-

phere was at the party. From the first glow of the sunrise, people came out of their homes and installed chairs, tables, couches and even sound systems on the side of the road to watch the walkers and encourage them. The villages looked like festivals. All along the way, children offered to walkers snacks, refreshments or even flowers. "The event is amazing!" Said Sergeant Joey Pelletier of the 2 ESM, each time the team was overwhelmed by the crowd in ecstasy.

The participation of the members of the 2 Wing team in the Nijmegen March 2019 will remain etched in their memory forever. They came back to Canada with sore feet, but their memories are full of memories and they are proud of their physical and mental endurance feat.

Relaxer avec le yoga

L'été étant généralement une période avec moins d'activités, moins de stress et plus de temps libre, nous vous proposons de profiter de ce moment pour apprivoiser le yoga.

Le yoga est une méthode composée d'exercices de placement, d'étirements progressifs, d'équilibre et de détente qui mobilisent corps et esprit, coordonnant mouvement et respiration et permettant la prise de conscience des différentes parties de notre corps. Cette discipline prône le contrôle de la respiration, la non-douleur, la détente, la concentration et la recherche de l'union entre le corps et l'esprit. Le yoga se pratique partout et à tout moment de la journée. On peut le faire debout, couché sur un matelas, assis sur une chaise.

Plusieurs pratiques de yoga existent, comme le power yoga (axé sur la musculation), le yoga chaud, le yoga pré et post-natal, etc. Informez-vous dans les différentes écoles de la région si vous voulez connaître le meilleur programme pour vous.

Voici des poses de base qui sont reconnues pour favoriser une bonne relaxation juste avant de se coucher. Elles peuvent aussi être utilisées pour relaxer au cours de la journée, vider l'esprit et évacuer le stress. Passez d'une à cinq minutes sur chaque posture (vous pouvez en choisir seulement une ou quelques-unes). Arrêtez-vous si vous ressentez de la douleur. Vous remarquerez que vous serez plus flexible de jour en jour!

Namaste!



Sources : Au jeu 2019, SBMFC
 Choque, Jacques. Gym douce et yoga sur une chaise. Éditions Jouvenc

Défi vélo de la Marine

Les entraîneurs de Bagotville en renfort



Le 8 juin dernier s'est tenue la 3^e édition du Défi Vélo de la Marine (Navy Bike Ride) pour le NCSM Champlain.

L'évènement national vise la promotion de l'activité physique au sein des militaires et de leurs familles et permet d'amasser des fonds pour la caisse de bienfaisance de la Marine royale et Appuyons nos troupes. Ces fonds sont utilisés, entre autres, pour venir en aide aux réservistes et à leurs familles en cas de besoin. C'est donc sous un ciel ensoleillé qu'une vingtaine de personnes ont pu parcourir une distance de 20 km.

Pour cette édition, la Réserve navale a demandé la collaboration des moniteurs en conditionnement physique et sports (MCPS) de la BFC Bagotville. Le capc Barette et le M2 Turbide nous ont

confié qu'ils ont beaucoup apprécié leur présence : « Avoir des professionnels dans le domaine du conditionnement physique apporte plus de crédibilité à l'évènement et amène un sentiment de sécurité aux participants ». Les moniteurs, en collaboration avec les membres du NCSM Champlain, se sont assurés de rassembler les familles et de faire de cet évènement un moment agréable pour tous.

Sachez que depuis cette année, les programmes de soutien au bien-être et moral des Forces canadiennes (SBMFC) sont davantage présents dans les unités de réserve. Nous reconnaissons que la contribution des membres de la Force de réserve au sein des FAC justifie que les réservistes et leurs familles profitent du même soutien

que les membres de la Force régulière. Les PSP comptent 18 nouveaux employés au sein des FAC qui se consacrent à offrir des services de conditionnement physique aux réservistes et de promouvoir un mode de vie sain en diminuant les risques de blessures.

Pour les prochaines éditions, le NCSM Champlain vise une augmentation du taux de participation. Dans cette voie, la Réserve navale aimerait que les MCPS collaborent dans la planification de l'évènement et espère que les membres de la communauté militaire de Bagotville y participent en grand nombre.

Pour en connaître davantage sur les programmes et services offerts aux militaires et leurs familles, visitez : www.connexionfac.ca.

Bagotville instructors supported Navy Bike Ride

On June 8th, the 3rd edition of the Navy Bike Ride was held for HMCS Champlain.

The national event aims to promote physical activity among the military and their families and raises funds for the Royal Navy Benefit Fund and Support Our Troops. These funds are used, among other things, to help Reservists and their families when needed. It is therefore under a sunny sky that twenty people have traveled a distance of 20 km.

For this edition, the Naval Reserve has requested the cooperation of fitness and sports instructors at CFB Bagotville. Capc Barette and M2 Turbide told us that they greatly appreciated their presence: "Having professionals in the field of fitness brings more credibility to the event and brings a sense of security to participants." The instructors, in collaboration with the members of HMCS Champlain, made sure to bring the families together and make this event pleasant for everyone.

For future editions, HMCS Champlain aims to increase the participation rate. In this way, the Naval Reserve would like the instructors to collaborate in the planning of the event and hopes that the members of the Bagotville military community will participate in large numbers.

To find out more about the programs and services offered to all members and their families, visit: www.connectfac.ca.

Les changements de commandement en bref

Le début de l'été a été très occupé à la BFC Bagotville alors que plusieurs unités ont tenu des cérémonies afin de souligner des changements de commandement. Comme nous vous avons déjà présenté les changements à la tête des deux escadres et de la BFC Bagotville, voici un résumé des autres changements au sein des équipes de commandement.

3^e Escadre

439^e Escadron de soutien au combat



Le Icol Steve Siket a quitté ses fonctions de commandant de l'Escadron 439 le 17 juin dernier laissant le commandement de l'unité au maj Jose Domingos.

12^e Escadron de radar



Le 16 juillet, le maj Jonathan Gilbert a pris le commandement du 12^e Escadron de radar en remplacement du maj Bryan Millard.

3^e Escadron de soutien aux opérations



Le 17 juillet, le Icol Dave McLeod a pris le commandement du 3 ESO succédant au Icol Jody Edmonstone.

3^e Escadre

3^e Escadron de maintenance (air0)



Le 18 juillet, le Icol Christian Corneau a laissé les commandes du 3 EMA au Icol David Chown.

425^e Escadron d'appui tactique



Le 18 juillet, le Icol Jody Edmonstone a pris le commandement du 425 ETAC en remplacement du Icol Timothy Woods.



EXPOSITION TEMPORAIRE

FACE À ÉOAF

Regards sur des histoires vécues

Cet été au Musée

2^e Escadre

2^e Escadron d'entraînement expéditionnaire aérien



Le 4 juillet, le Icol Ghislain Leroux a remis le commandement du 2^e Escadron d'entraînement à la Icol Laura Gagné. À l'arrière, la nouvelle adjudant-chef de l'escadron, l'adjuc Lynn Mc Fadden-Davis (à droite) remplace l'adjuc Joel Langley (à gauche).

2^e Escadron de soutien de mission



Le 4 juillet, le 2^e Escadron de soutien de mission a accueilli son nouvel adjudant-chef, l'adjuc Pascal Germain qui a succédé à l'adjuc Jean Lavoie. Notons que l'adjuc Lavoie a aussi à ce moment été promu au rang de capitaine.



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

ça soulage!

S L'ACTUALITÉ EN SURVOL



PHOTO : IMAGERIE CPL GAGNÉ

Mois de l'activité physique

En mai dernier avait lieu le mois de l'activité physique. Au total près de 30 personnes ont participé aux activités proposées par le conditionnement physique. L'objectif du mois de l'activité physique est de promouvoir les saines habitudes de vie, inciter les membres à bouger en famille et donner des outils pour l'entraînement. Avec la collaboration de CANEX, nous avons pu remettre trois certificats cadeaux d'une valeur de 25\$ aux gagnantes. C'est un rendez-vous en mai prochain, participez en grand nombre.



Journée d'appréciation des FAC

Par une chaude journée d'été, le 31 juillet dernier, des bénévoles et l'équipe du magasin Canex de Bagotville ont souligné la journée d'appréciation des FAC. À cette occasion, plus de 300 hamburgers et 100 hot dogs ont été distribués gratuitement. Ici, à droite, on voit le gérant du Canex de Bagotville et commanditaire de cette activité, M. Patrick Brassard, qui s'affaire à la cuisson des boulettes de viande.

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

Ne manquez pas notre **PROMOTION DE LA SEMAINE** en magasin ou en ligne à **CANEX.CA**

Don't miss out on our **FEATURE OF THE WEEK** In-store and online at **CANEX.CA**

Procurez-vous la carte UneFC!
Des offres exclusives aux membres de la communauté des FAC, comme des rabais sur les programmes, les points Primes CANEX et bien plus!
CF1FC.ca

Get your CFOne card!
Benefits available exclusively to members of the CAF Community - offering program discounts, savings, CANEX Rewards and more!
CF1FC.ca

CANEX
A division of CFMWS
Une division des SBMFC

LE MAGASIN MILITAIRE DU CANADA
CANADA'S MILITARY STORE

Canada

D+ DÉFILÉ FIERTÉ MONTRÉAL
18 AOÛT 11h
18 AUGUST 11 a.m.
PRIDE PARADE
La diversité est notre Force / Diversity is our Force

ARMÉE / ARMY
FORIS FIERS. PRÊTS. STRONG. PROUD. READY!
INSCRIPTION / REGISTRATION
EVENTBRITE

La 2^e Division du Canada et l'Équipe Diversité+ (D+) invitent tous les membres de l'Équipe de la Défense au pays à participer au défilé de Fierté Montréal, le 18 août prochain. Une opportunité pour démontrer notre appui envers la diversité dans notre organisation.

Qui peut participer (de façon volontaire):

- 1- Militaires de la Force Régulière et de Réserve;
- 2- Les vétérans;
- 3- Les employés civils du MDN;
- 4- Les membres PSP; et
- 5- Les familles des membres ci-haut.

Uniforme militaire: No 3B (Chemise courte avec ruban, pantalon). Les membres de la Marine Royale Canadienne peuvent mettre les pantalons blancs.

*Veuillez noter que le nombre de billets est limité.
*L'info sur le trajet, l'heure et autres détails pertinents vous seront envoyées lorsqu'elles seront connues par courriel.

Pour information et inscription gratuite en ligne:
www.eventbrite.ca/e/billets-participation-des-fac-et-du-mdn-au-defile-de-fierte-montreal-2019-61865448221

FÊTE DE BIENVENUE

CRFM
Bagotville

JEUDI 22 AOÛT, 14 H À 18 H 30

Venez à la rencontre de votre communauté! Il y aura :

- Animation
- Concours d'épluchette de blé d'Inde
- Remise de prix de participation
- Jeux gonflables
- Promotion des services offerts à la communauté militaire
- Repas

 CRFM Bagotville MFRC

 www.crfmbagotville.com

 418-677-7468

WELCOME PARTY

Bagotville
MFRC

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

Meet the members of your community! What's in store?

- Entertainment
- Corn Roast Contest
- Participation Prizes
- Inflatable Games
- Promotion of the Services Available to the Community
- Meals



Stationnement du centre
communautaire | Community
Centre Parking Lot

CANEX



Une 60^e saison pour le Centre d'entraînement des cadets

Plus de 1 700 cadets à Bagotville cet été

Cela fait 50 ans cette année que le centre d'entraînement des cadets de Bagotville accueille plus de 1 700 cadets chaque été venant des quatre coins du Québec et de l'Ontario.

Collaboration spéciale
Capt Maxime Legault
Affaires publiques CECB

Depuis ses débuts en 1969, le centre est hébergé sur la BFC Bagotville et accueille de jeunes cadets de l'aviation. Depuis l'été 2012, des cadets de la marine ont joint les rangs du camp d'été.

Alors que les cadets de l'air ont la chance de vivre des activités et des cours en lien avec le pilotage et l'entretien d'aéronefs, l'opération d'aérodrome et la survie en forêt, les cadets de la marine peuvent quant à eux découvrir les joies de la voile, apprendre à conduire des embarcations à moteur et à agir en tant que membre d'un équipage.

Bien entendu, afin de pratiquer toutes ces activités, plusieurs sites extérieurs à la base militaire doivent être aménagés. Les cadets ont donc la chance de s'entraîner

sur quatre sites externes. Les cadets de la marine peuvent pratiquer la voile et conduire des embarcations sur la rivière Shipshaw à Jonquière et à l'Anse-à-Benjamin à La Baie.

Pour les activités de survie en forêt, c'est à la Zec Mars-Moulin que ça se passe. Finalement, les cadets ont l'occasion de se baigner et de faire du canot sur le lac Otis.

La base de Bagotville a un rôle de premier plan dans le succès des activités estivales des cadets. Que l'on parle de l'entretien des bâtiments, en passant



PHOTO : CAPT LEGAULT — CECB

Le colonel Normand Gagné, commandant de la 3^e Escadre et de la BFC Bagotville, parle avec des cadets lors de sa visite au Centre d'entraînement des cadets de Bagotville.



Le financement des conseils de bande, un domaine qui alimente les préjugés

Selon un point de vue largement répandu, les Autochtones coûtent cher aux contribuables canadiens et québécois.

On s'étonne souvent de l'ampleur des budgets consentis aux conseils de bande, qui gèrent les services dans les réserves des Premières Nations, prenant à témoin la situation de municipalités de taille comparable. Pourtant, aucune municipalité du Québec n'a la responsabilité d'assurer les services de santé, l'éducation et les services sociaux.

En matière d'habitation notamment, les restrictions découlant du régime de tutelle de la *Loi sur les Indiens* obligent les conseils de bande à assumer des responsabilités importantes dans les domaines du financement, de l'accès à la propriété, de la gestion des immeubles et de la gestion de la totalité des terres des réserves. Pour les conseils de bande, ces responsabilités s'ajoutent aux autres services habituellement assumés par les municipalités.

« Au Québec, les revenus des petites municipalités proviennent principalement des taxes foncières perçues auprès de leurs citoyens. Ces revenus leur permettent de s'autofinancer à 90 % et plus. Ceci leur confère, dans leur domaine moins étendu de juridiction, une autonomie financière plus grande que celle des communautés amérindiennes. » *

« Le financement des conseils de bande provient en grande partie du gouvernement fédéral, désigné comme "fiduciaire" des Amérindiens par la *Constitution du Canada* et la *Loi sur les Indiens*. Ces derniers ne sont pas propriétaires des terres de la réserve. » *

* Extrait de « *Mythes et réalités sur les peuples autochtones* » - Commission des droits de la personne du Québec et Institut Tshakapesh. Compilé pour cet article par Catherine Houle (RH Civiles—Intégration en emploi)



Le cadet Vincent Drouin, du cours d'aviation avancé, lors de son tour en hélicoptère Griffon.

par le prêt du Hangar 7 pour la parade finale, le soutien de la base est essentiel.

Le personnel de la base contribue également à rendre l'expérience des cadets au camp encore plus inoubliable.

Par exemple, certains cadets ont eu la chance de visiter les installations du 3^e Escadron de maintenance, alors que d'autres, ont pu faire un vol en CH-146 Griffon.

La sécurité des cadets est assu-

rée grâce à une très bonne collaboration entre les responsables du camp, les policiers et les pompiers militaires.

Le Programme des cadets est en vigueur à l'année dans toutes les municipalités du Canada. Il a pour mission de favoriser l'épanouissement chez les jeunes et de les préparer à faire la transition vers l'âge adulte, en leur donnant les outils nécessaires pour relever les défis d'une société moderne, grâce à un programme dynamique axé sur la communauté.

Il s'agit d'un programme national complètement gratuit pour les jeunes Canadiens âgés de 12 à 18 ans qui souhaitent participer à des activités divertissantes, stimulantes et valorisantes.

LE SUICIDE N'EST PAS UNE OPTION

Dites-le sur
AJOUTER MA VOIX
ajoutermavoix.com

Pour vous ou pour un proche
1 866 APPELLE
(1 866 277-3553)

Association québécoise de prévention du suicide
Croire • S'engager • Changer

PROGRAMME PLEIN AIR ÉTÉ 2019

Accès à la plage

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

Randonnée et vélo de montagne

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

Location d'embarcation

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

Magasin de sport du Centre récréatif de la Base
418-677-4000
poste 7498

Canots et kayak à votre disposition

2 canots et un kayak de plaisance disponibles incluant tout l'équipement de sécurité (vestes, ancre et ensemble d'urgence)

Réservation pour la fin de semaine seulement
Vous devez avoir votre propre support de transport.

Loisirs enfants / famille

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

Aventuriers et cascadeurs

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Golf

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

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

Activités culturelles et touristiques

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

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

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

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

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

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

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

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

Remboursement sur les passes saisonnières

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

Pour information: Claire Deschênes, poste 7581

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

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

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

N = NOUVEAUTÉ 2019

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

Quelques règles importantes

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

Billets en vente

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

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

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

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

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

Pour plus d'information :

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

Au tableau d'honneur

PROMOTIONS



Adjum Mercier



Adjum Blouin



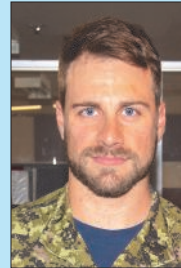
Adj Gagnon



Capt Fortin



Sgt Rondeau



Sgt Supper



Sgt Gagnon



Sgt Girard



Sgt Hickey



Sgt Lavoie



Cplc Lavoie



Cplc Vachon



Sgt Boivin



Cplc Paradis



Cpl Dubé



Cplc Caceres



Sgt Mercier



Sgt Maranda



Cplc Charette



Sgt Levesque



Sgt Gagnon



Cplc Dubois



Cplc Roy



Adjum Martin
CD2



Adj Rlvard
CD2



Sgt Doucet
CD3



Maj Mamo
CD1

MÉDAILLES ET AUTRES HONNEURS

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



Government
of Canada

Gouvernement
du Canada

VETERAN FAMILY PROGRAM

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



LE PROGRAMME POUR LES FAMILLES DES VÉTÉRANS

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

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

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





Calendrier des activités du CRFM de Bagotville

MFRC Bagotville Calendar of Events



août — septembre

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 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Ne manquez pas notre Fête de bienvenue le 22 août! (Voir page 9 du Vortex pour tous les détails) Do not miss the MFRC Welcome Party, on August 22nd! (See page 9 of Vortex for details)</p> | | | | <p>8 Teen Town : Festival international des Rythmes du Monde</p> | <p>9 Teen Town : soirée sans écrans</p> | <p>10 Teen Town : Festival Gymkhana de Falardeau (12 h 30 à 16 h)</p> |
| <p>11</p> | <p>12 Début du service de garde pour la fin de l'été</p> | <p>13 Teen Town : activités libres</p> | <p>14 Teen Town : activités libres</p> | <p>15 Teen Town : Jeux d'eau à la zone portuaire de Chicoutimi</p> | <p>16 Teen Town : activités libres</p> | <p>17 Période de répit (12 h à 16 h) Teen Town : auto cueillette de bleuets (12 h 30 à 16 h)</p> |
| <p>18</p> | <p>19</p> | <p>20 Teen Town : activités libres</p> | <p>21 Teen Town : cupcakes</p> | <p>22 Fête de bienvenue (Voir horaire page 9) Teen Town : portes ouvertes</p> | <p>23 Teen Town : activités libres</p> | <p>24 Teen Town : sortie à la plage (12 h 30 à 16 h)</p> |
| <p>25</p> | <p>26 P.D. Day (Riverside)</p> | <p>27 P.D. Day (Riverside) Teen Town : activités libres</p> | <p>28 Teen Town : soirée origami</p> | <p>29 Teen Town : activités libres</p> | <p>30 Teen Town : épluchette de blé-d'Inde</p> | <p>31 Teen Town : fermé</p> |
| <p>1^{er} septembre</p> | <p>2 CRFM fermé Fête du Travail</p> | <p>3 Teen Town : activités libres</p> | <p>4 Teen Town : soirée détente</p> | <p>5 Teen Town : activités libres</p> | <p>6 Teen Town : soirée jeux de société</p> | <p>7 Teen Town : Cantine Boivin et parc Mars</p> |
| <p>8</p> | <p>9 Grandir à travers le deuil : groupe de croissances personnelle pour les personnes vivant ou ayant vécu le deuil Début des ateliers préscolaires</p> | <p>10 Teen Town : coloriage de mandala</p> | <p>11 Teen Town : réunion du Teen Town</p> | <p>12 Teen Town : activités libres</p> | <p>13 P.D. Day (Riverside) Teen Town : soirée films d'horreur</p> | <p>14 Période de répit (12 h à 16 h) Teen Town : soirée pyjama/jogging</p> |

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

Numéros importants — Importants phone numbers

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

Téléphone - 418-677-7468
Télécopieur - 418-677-4468
Sans-frais - 1-800-866-4546
Halte-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

INFO-MESS — août-septembre 2019

MESS DES OFFICIERS

Août

Vendredi 9 — Brunch (Snake Pit)
Vendredi 16 — Café du commandant 2 ERE (Snake Pit)
Jeudi 22 — Café des membres (Grand salon)
Vendredi 23 — Café du commandant 2 ERE (Snake Pit)
Vendredi 30 — Café du commandant 2 ERE (Snake Pit)

Septembre

Jeudi 5 — Luncheon (snake Pit)
Vendredi 6 — Café du commandant 2 ERE (Snake Pit)
Vendredi 13 — Café du commandant 2 ERE (Snake Pit)

MESS DES ADJ/SGTS

(Salle Kitty Hawks)

Septembre

Jeudi 5 — Café du chef
Jeudi 26 — Café

MESS DES RANGS JUNIORS

Septembre

Samedi 21 — Bingo (Barn)
Jeudi 26 — Café du chef (salle JAG)
Vendredi 27 — DMCV (salle Renaissance)

**Avec vous,
en tout temps
L'assurance pensée
pour vous**

**With you, whenever
you need us.
Insurance that
works for you.**



À **La Personnelle**, nous simplifions l'**assurance auto et habitation** pour les membres de la **communauté des FAC**.

Grâce aux services mobiles et en ligne, nous sommes avec vous en tout temps, où que vous soyez.

At **The Personal**, we make **home and auto insurance** a little easier for members of the **CAF community**.

With online and mobile services, we're with you whenever you need us, wherever you are.



laPersonnelle

Assureur de groupe auto et habitation

Tarifs de groupe. Service unique.



thePersonal

Home and Auto Group Insurer

Group rates. Preferred service.

Découvrez l'assurance pensée pour vous à tarifs de groupe exclusifs.

1 888 476-8737

canex.lapersonnelle.com

Discover insurance that works for you at exclusive group rates.

1-888-476-8737

canex.thepersonal.com

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

™Alerte et ™Radar sont des marques de commerce de Desjardins Groupe d'assurances générales inc., utilisées sous licence.

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

™Alert and ™Radar are trademarks of Desjardins General Insurance Group Inc., used under licence.