

le VORTEX

de Bagotville



Volume 12 Numéro 3

LE JOURNAL DE LA BASE DES FORCES CANADIENNES DE BAGOTVILLE

MARS 2017



PHOTO : IMAGERIE BAGOTVILLE - CPL CHABOT

page 3

Les Hivernades 2017 suscitent une participation record... page 2

Début de la construction du bâtiment du TGEM en avril... page 5

La 2^e Escadre déploie une Force d'intervention rapide... page 8

nokian TYRES
Votre sécurité avant tout!

Obtenez **70\$**
de remise sur une carte prépayée
du 15 mars au 15 juin 2017*

Possibilité de financement
en collaboration avec
CANEX

*À l'achat d'un ensemble de 4 pneus Nokian sélectionnés.
Voir les détails de cette offre chez votre marchand participant.

**GARAGE
JEAN-PIERRE
TREMBLAY**
MEMBRE DU RÉSEAU **TIRECRAFT**

La Baie
2460, rue Bagot
418-544-4455

Chicoutimi
1737 boul. Talbot
418-545-4455

www.NokianTires.com

Le plus grand succès de tous les temps

La journée principale des activités des Hivernades 2017, tenue le 16 février, a connu un succès sans précédent au chapitre de la participation.

Les activités ont débuté le 13 février alors que les sculpteurs sur neige se sont mis à l'oeuvre. Cinq unités ont participé cette année, la division de l'Administration, l'Escadron 425, le 3EMA, la division Logistique et la 2^e Escadre. C'est d'ailleurs cette dernière qui a retenu les faveurs du jury pour remporter la compétition amicale.

« Pour une rare fois depuis longtemps, Dame Nature était de notre bord! Plus de 900 membres de la BFC ont pris part à cette journée en tant que participants, membres du comité organisateur ou spectateurs. C'est vraiment un très grand succès », lance la coordonnatrice aux loisirs communautaires pour l'équipe PSP et coordonnatrice des Hivernades 2017, Claire Deschênes.

Un faux col aux couleurs des

Hivernades a été remis à chaque personne au cours de la journée du 16 février.

En plus du concours de sculpture sur neige, les participants se sont affrontés dans onze disciplines durant l'avant-midi (voir encadré).

Afin d'agrémenter le tout, le café Tim Hortons était offert gratuitement aux gens à l'aréna, un DJ faisait de l'animation et la cantine Queue de castor était présente pour satisfaire les dents sucrées.

Par la suite les gens se sont réunis au Hangar 3 pour le traditionnel dîner tourtière. Plus de 900 repas ont été servis. Encore une fois, un DJ était présent.

« Les gens se sont bien amusés et ils ont profité pleinement des Hivernades. Tout ça n'aurait pas pu avoir lieu sans l'implication de plusieurs personnes qui ont mis beaucoup de cœur et d'ardeur pour faire en sorte que cette journée soit une réussite. Je tiens à les remercier », ajoute Mme Deschênes.



PHOTOS : IMAGERIE CPL CHALIFOUR

The 2017 Hivernades Success

Participation was at an all time high for the Winter 2017 Games on February 16th, its main event day.

The activities began on February 13th with the snow sculptors competition. This year five units participated and it was the 2 Wing team that took home the award.

"For the first time in a long time, Mother Nature was on our side! More than 900 CFB members took part in the day as participants, organizing committee members or spectators. This is truly a great success," says the Community Recreation Coordinator for the PSP team and coordinator of

the 2017 Hivernades, Claire Deschênes.

In the morning, participants competed in eleven disciplines (see box).

Tim Horton's coffee was offered free to the crowd at the arena, a lively DJ was playing music and there was also a Beaver Tail canteen on site for those with a sweet tooth.

Eventually people gathered at Hangar 3 for the traditional meat pie or 'tourtière' dinner as it is called in French.

Ms. Deschênes thanks all the military and civilians who contributed to this success.

Les équipes gagnantes...

Hockey-bottine
Maj Patrick Lebeau
25^e C Svc S FC

Volley-ball
Cpl Francis Cantin
3EMA

Hockey sur glace
Cpl Théo Van Houtte
3EMA

Ballon-balai
Avr Robert Dragicevic
10 EITA

Tir à la corde
Sgt Alexandre Blouin
2^e Escadre

Rallye pédestre
Sgt Stéphane Roy
10 EITA

Course à obstacles
Maj Gaetan Fiola
2^e Escadre

Godendard par équipe
Cpl David Lapalme
& cpl Simon Nadeau
10 EITA

Triathlon en équipe
Cpl Gabriel Sauriol
3 EMA

Sculpture sur neige
Capt Elizabeth Tremblay-Lewicki
2^e Escadre

Sciotte individuel
Sgt Serge Villeneuve
GEM

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 Cécyre (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: 13 avril 2017
Date de tombée pour la prochaine édition:
4 avril 2017



Our clinic provides bilingual services

DRE JULIE TREMBLAY DMD

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

Quartier des logements familiaux militaires de Bagotville

Diminution des limites de vitesse

Depuis quelques jours, la limite de vitesse dans le secteur des logements familiaux de la BFC Bagotville a été réduite à 40 km/h. Soit 10 km/h de moins que ce qui prévalait jusqu'à maintenant.

À l'approche des services de garde, autour du CRFM, la vitesse s'établit maintenant à 30 km/h. Des affiches indiquant qu'une surveillance particulière sera exercée et qu'aucun dépassement ne sera toléré ont aussi été ajoutées à l'entrée du quartier.

Cette réduction de la vitesse est le fruit de nombreuses années de discussions et de négociations de toutes sortes entre les autorités de la Base, la ville de Saguenay et le ministère des Transports.

Contrairement à ce qui prévaut sur le territoire de la base, qui relève du ministère de la Défense nationale, la juridiction sur les rues et la circulation dans le quartier

des logements pour les familles militaires relève de la ville de Saguenay et les normes relatives à la vitesse sur les routes du Québec sont régies par le ministère des Transports. Il a donc fallu travailler fort pour arriver à ce résultat.

La ville ne pouvait pas par le passé, à la simple demande de la BFC Bagotville, réduire de son propre chef la vitesse dans tout le quartier. La vitesse de 50 km/h s'appliquant habituellement dans les quartiers résidentiels selon le Code de la route, alors que la réduction à 30 km/h est réservée aux zones scolaires. Depuis un peu plus d'un an, les villes du Québec disposent d'un peu plus de latitude en ce qui concerne la vitesse sur leur territoire, ce qui a permis d'en arriver à une solution.

La présence de services de garde, de nombreux espaces de jeux et de parcs, jumelés à l'étroitesse des rues et aussi à

l'absence de trottoirs a permis de convaincre les autorités de la nécessité de cette diminution de la vitesse.

Le colonel Darcy Molstad, commandant de la BFC Bagotville, était visiblement très satisfait que ce dossier soit enfin réglé. « Je suis très heureux et très fier de l'aboutissement de ce projet de longue haleine. Peu importe le temps investi, l'important est que désormais nous sommes en mesure d'offrir des rues plus sécuritaires pour nos enfants et pour l'ensemble des résidents du quartier militaire. Je vous invite à être des agents de changements et à respecter cette nouvelle réglementation », a lancé le col Molstad.

Le commandant a aussi tenu à remercier ceux qui ont collaboré à cette modification. « Un tel changement demande beaucoup de travail et de collaboration. Je tiens donc à remercier la Ville de Saguenay de son soutien acharné,



PHOTO : IMAGERIE CPL CHABOT

En plus de la limite réduite à 40 km/h dans l'ensemble du quartier, la vitesse maximum autour du CRFM est maintenant de 30 km/h.

les intervenants du ministère des Transports du Québec ainsi que le premier ministre du Québec, Monsieur Philippe Couillard. »

Les nouvelles limites de vitesse s'appliquent depuis le 6 mars. Les automobilistes qui circulent dans ce secteur sont donc invités à la plus grande des prudenances.

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

Reduction of speed limits

In the last few days, the speed limit in CFB Bagotville's family housing sector has been reduced to 40 km/h. That is 10 km/h less than the previous speed limit.

As the daycare approaches, the speed limit is now 30km/h around the MFRC.

This reduction in speed is the result of many years of discussion and negotiations of all kinds between the au-

thorities of the Base, the City of Saguenay and the Ministry of Transport.

It should be noted that the jurisdiction over the streets and traffic in the military family housing sector is the responsibility of the City of Saguenay and that the standards governing speed on Québec roads are governed by the Ministry of Transportation, therefore a simple request by the city could not simply change

the speed on the base.

The speed of 50 km/h usually applies in residential areas according to the Highway Code, while the reduction to 30 km/h is reserved for school zones. The presence of childcare facilities, numerous playgrounds and parks, coupled with the narrow streets and the absence of sidewalks, convinced the authorities of the need to reduce the speed limits.



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

RE/MAX
énergie

942 Chabanel,
Chicoutimi (Qc) G7H 5W2
Tél.: (418) 545-1515
Fax.: (418) 545-2840
Cell.: (418) 820-3303



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 !



Budget
Auto - Camion de 12 à 26 pieds
Minibus - Camion réfrigéré - Tracteur
nolicamlocation.com
418 545-4444
1 800 223-5292



Opéré par
NOLICAM



ENTREPÔTS SECUR
Entreposage intérieur et extérieur
Espace compartimenté ou à aire ouverte chauffé ou non-chauffé
418 699-0920
2353, boulevard du Royaume, Jonquière



Accumulez des miles de récompenses Air Miles®
Budget est une marque déposée utilisée sous licence au Canada par Budget Car Inc.

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

Une année festive!

L'arrivée du mois de mars amène l'espoir du retour des beaux jours et fait place au début de la saison des mutations. Une période de grands changements pour vos familles et vous et des occasions de continuer à servir dans des contextes et des endroits différents. N'oubliez pas que des services et des programmes sont à votre disposition si cette étape importante est synonyme de stress et d'insécurité pour vous ou les vôtres.



En février dernier je vivais mon dernier bal à titre de commandant de la Base de Bagotville. Une soirée riche en émotions à laquelle nous avons invité nos partenaires régionaux dans un contexte de commémoration du 75^e anniversaire d'implantation de la base. Je crois pouvoir affirmer que nous avons ainsi lancé officiellement les festivités et partager notre fierté à appartenir à la fois à la communauté militaire et à la région du Saguenay-Lac-Saint-Jean.

Par Col. Darcy Molstad
Commandant de la 3^e Escadre et
de la BFC Bagotville

Les nombreux commentaires positifs me font dire que nous avons réalisé l'un de nos plus

beaux bals depuis bien longtemps. Un bravo zulu au comité organisateur pour votre implication, votre dévouement et votre créativité.

Le décompte vers le SAIB est bel et bien amorcé et vous pourrez bientôt constater que l'offensive publicitaire s'intensifiera. Si vous n'avez pas suivi l'évolution de la programmation je suis heureux de vous confirmer les prestations aériennes habituelles telles que le CF-18 de démonstration, les Snowbirds, les Skyhawksque et le *Mass attack* accompagné de l'Armée en plus de nouveautés telles que : l'équipe de démonstration du F-22, le L-39 Albatros, le Sea Harrier de Nalls Aviation et le A-400M Allemand. L'exposition au sol sera tout aussi impressionnante et diversifiée avec entre autres : le F-15, le F-16, le B-52 et on se croise les doigts, mais les discussions vont bon train pour accueillir, le V-22 Osprey, le Typhoon, le Rafale, le Gripen, les Forces spéciales et beaucoup plus. Mentionnons également que la présence de la frégate NCSM Ville de Québec tend à vouloir se confirmer. Le SAIB est connu pour sa qualité, mais je ne crois pas me tromper en disant que l'édition 2017 amènera notre spectacle et notre réputation à un autre niveau. N'oublions pas que le SAIB représente notre plus importante activité de rayonnement et une occasion exceptionnelle de faire découvrir les FAC. De plus, l'ensemble des revenus de cette belle fin de semaine est investi dans le Fonds de la Base et finance nos programmes et services de bien-être et moral.

Comme nous le savons le 8 mars nous avons célébré le 40^e anniversaire de l'implantation par les Nations Unies de la journée internationale des Femmes. Pour l'occasion, deux activités majeures mettant en valeur l'importance et la place des femmes au sein de la société canadienne, mais également et surtout au sein des FAC, auront lieu en mars et je vous invite à y participer en grand nombre. D'abord la journée de la Femme sera célébrée à Bagotville le 15 mars et vous offrira des kiosques, des activités et une conférence du parcours professionnel de la députée fédérale de Jonquière, Mme Karine Trudel. Ensuite, le 24 mars, la brigadier-général Bourgon accompagnée d'une délégation de femmes représentants différents corps de métiers à caractère traditionnellement masculins, seront de passage à Bagotville dans le cadre d'une tournée québécoise de « La Force au Féminin ».

Je termine en vous remerciant de votre professionnalisme et de la qualité de votre travail quotidien. Nous formons une belle et grande équipe et notre excellence opérationnelle est le fruit de notre solidarité et de la force de notre communauté.

Défendez le Saguenay!

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



Les activités hivernales de Saguenay battent leur plein depuis un moment. La saison froide est l'occasion pour s'amuser chez nous à peu de frais, la majorité des activités étant gratuites. De plus, des milliers de personnes sont aussi de la partie!

Au début de février, Saguenay en neige, à Jonquière, s'est avéré une dizaine des plus intenses. Cet événement vient de conclure sa 32^e édition et attire toujours la même ferveur populaire.

À l'occasion de la relâche, les Hivernades ont pris la relève à la place du Citoyen ainsi qu'aux parcs de la Colline et des Mille Lieux. Cette fois, c'est principalement la clientèle d'âge scolaire qui a pu profiter de toutes les températures typiques de l'hiver pour s'éclater.

Plus près de nous, la saison de pêche blanche a pris fin le 12 mars avec le retrait des dernières cabanes des glaces du Saguenay. Notre activité hivernale extérieure a encore été couronnée de succès. Les plus récentes améliorations au niveau du fonctionnement ont fait leurs preuves, alors que le groupe Contact Nature a accompli un travail colossal comme gestionnaire du site. Les retombées économiques de la pêche blanche sont évaluées à près de 5 millions \$.

C'est samedi dernier qu'avait lieu la 48^e édition de la Course des pichous entre le boulevard Saint-François à Jonquière et la Zone portuaire de Chicoutimi, soit un trajet de 15 kilomètres. L'heure de tombée empêchant de mentionner les résultats, la Course des pichous tient sa renommée du fait qu'elle est celle obtenant l'achalandage le plus élevé dans la région, recensant souvent plus de 1 500 coureurs.

Enfin, un des produits phares de notre offre en matière de culture, le Festival Regard, revient du 15 au 19 mars, soit le week-end prochain. Le court métrage est y à l'honneur, puisque quelques centaines d'entre eux y seront projetés. L'activité a lieu dans les arrondissements de Chicoutimi et de Jonquière.

Jean Granddary

Construction du nouveau bâtiment des Transports et du GEM (TGEM)

Le coup d'envoi des travaux approche

Dès le début du mois d'avril, les premiers jalons menant à la construction du nouveau bâtiment qui regroupera les sections des Transports et du Génie électrique et mécanique seront mis en place sur un immense terrain compris entre les rues Digby et Churchill, derrière la bâtisse 59. Il s'étendra jusqu'à la zone sécurisée.

L'impressionnante bâtisse mesurera plus de 600 pieds de longueur par près de 325 pieds de largeur, soit un peu plus de 155 000 pieds carrés (14 500 m²) de superficie.

La taille du futur bâtiment est impressionnante, mais elle correspond aux normes, selon l'ingénieure gestionnaire du projet pour le ministère de la Défense, Anne-Marie Schneider. «C'est très grand, mais c'est similaire à ce qu'on trouve sur les autres bases au pays. Il y a beaucoup d'ateliers différents avec des besoins spécifiques qui deman-

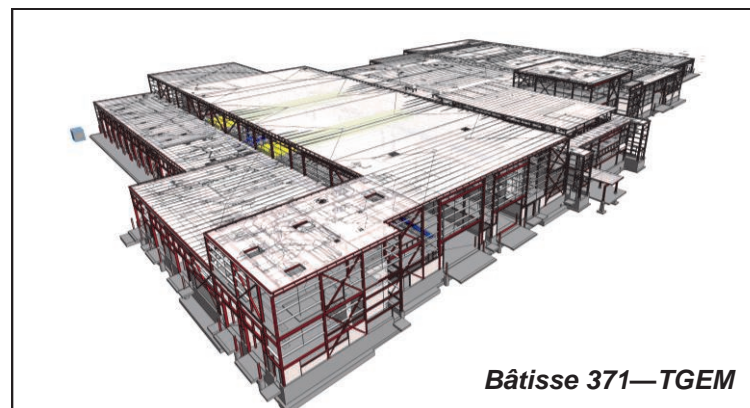
dent de l'espace pour l'entretien des équipements, de la machinerie et des véhicules. Il ne faut pas oublier qu'on remplace quatre autres bâtiments avec cette construction», explique Mme Schneider.

Le bâtiment, qui portera le numéro B371, sera érigé en plusieurs phases. Dès le début avril, l'entrepreneur Constructo commencera l'installation des clôtures et des palissades afin d'assurer la sécurité du chantier et des secteurs environnants. Les travaux de déboisement seront aussi réalisés rapidement. Dès que le niveau de gel le permettra, les travaux de démolition des infrastructures sous les rues environnantes seront réalisés.

Dès ce printemps, la structure du bâtiment 371 commencera à s'élever. La construction devrait être complétée au printemps 2019. «Il faudra près de deux ans pour construire la bâtisse du TGEM.

C'est un chantier complexe qui intègre plusieurs éléments techniques. Chaque atelier a des besoins spécifiques et une série de normes à respecter. Par exemple, l'atelier de peinture comporte plusieurs systèmes de protection en santé-sécurité et en environnement tels que : système électrique anti-déflagration, système d'air respirable avec tuyaux d'alimentation, système anti-chute, dépoussiéreur, sas de décontamination, fosse d'évacuation et contrôle de la qualité des rejets à l'égout sanitaire. La construction représente un défi de taille au plan électrique et mécanique», lance la gestionnaire de projet.

Afin de faciliter la vie du personnel de la base durant les travaux, des aménagements temporaires seront faits. Ainsi, un stationnement temporaire sera construit derrière la clinique de la base et un stationnement de longue durée sera aménagé à proximité du camp des cadets (voir encadré).



Bâtisse 371—TGEM

Une deuxième construction

En plus du B371, Constructo est aussi responsable de l'érection d'un second bâtiment qui portera le numéro B384.

Celui-ci servira au lavage des véhicules et à l'entreposage du grit (produit abrasif) et du sodium phosphate servant au déglacage des pistes.

Cette seconde bâtisse sera érigée après la déconstruction des bâtiments 76, 102 et 122, puisqu'elle sera installée, en partie, sur le terrain actuellement occupé par le B76.

Si tout se déroule comme prévu, l'ensemble des travaux devrait être parachevé au cours de l'été 2020 au coût de 46,9 millions de dollars.

Construction will start shortly

In early April, the first steps of the new building will be made on a huge lot between Digby street and Churchill street behind building 59. The lot will extend to the secure area and the building will house the Transport and the Electrical and Mechanical Engineering sections.

The impressive building will be more than 600 feet long by nearly 325 feet in wide, and a little over 155,000 square feet. The building will be named B371 and it will be built in sev-

eral phases. From the beginning of April, Constructo, the contractor, will begin installing fences and palisades to ensure the safety of the site. Deforestation work will also be carried out quickly. As soon as the frost level permits, the buildings around the surrounding streets will be demolished.

The construction of B371 is expected to be completed by spring 2019.

Temporary adjustments have been made in order to better

facilitate the day to day life of staff on base. (See box)

A second construction

In addition to B371, Constructo is also responsible for the erection of another building; B384. This building will be used to wash vehicles and store grit (abrasive product) and sodium phosphate for runway de-icing.

If everything goes as planned, the entire work is expected to be completed in the summer of 2020 at a cost of \$ 46.9 million.

Relocalisation temporaire du stationnement longue durée

Dans le cadre de la mise en chantier pour la construction du nouveau bâtiment du TGEM, le stationnement longue durée de la base doit être relocalisé sur un nouvel emplacement à proximité du camp des cadets du **28 février au 16 juin 2017**, soit jusqu'à l'ouverture du nouveau stationnement longue durée entre le B60, B87 et le parc pétrolier.

Vous êtes priés de relocaliser vos véhicules vers le nouveau site avant le 24 mars 2017.

Pour toute question contactez M. Guillaume Aubin, coordonnateur de chantier TGEM, Construction Défense Canada (guillaume.aubin@dcc-cdc.gc.ca).

Merci à tous de votre collaboration.

Long-term parking temporary relocation

As part of the construction of the new TEME building, the long-term parking lot needs to be relocated temporarily to a site next to the cadet camp from **28 February 2017 to 16 June 2017**.

You are requested to not park your vehicle in the usual long-term parking lot, effective immediately, and to relocate your vehicles to the new site before 24 March 2017.

For any questions contact Mr. Guillaume Aubin, project coordinator, Defence Construction Canada (guillaume.aubin@dcc-cdc.gc.ca).

Thank you for your cooperation.



RE/MAX
énergie

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



MARC DUBOIS
COURTIER IMMOBILIER

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

Concours de barbes et de queues de cheval

Une récolte record de 7 900 \$ pour le CRFM

Le classique concours de barbe de la BFC Bagotville a laissé place cette année à une formule plus inclusive en invitant les femmes à prendre part à l'activité de financement. C'est ainsi que s'est tenue la première édition du Concours de barbe et de queue de cheval de la BFC Bagotville.



Ville de la Baie
1344 rue Bagot
544-5931



Dentiste
Redécouvrez les soins dentaires
Centre de Santé dentaire Nadia Bergeron

Vous déménagez?

Notre équipe d'experts en prêts hypothécaires sont prêts à vous aider.

Le groupe Régime collectif de prêts hypothécaires (RCPH) CIBC est fier de servir les membres des Forces armées depuis plus de 18 ans. Le groupe RCPH CIBC offre des solutions hypothécaires pour répondre aux besoins uniques des membres des Forces armées.

- **Nouveau!** Modifications apportées aux frais de paiement anticipé de prêt hypothécaire pour les déménagements*
- Options d'enveloppe pour l'achat d'une réduction d'intérêt sur prêt hypothécaire et la bonification du taux d'intérêt hypothécaire
- Processus simple et sans heurts à distance
- Des conseils d'experts sur les programmes de réduction et bonification



Pour en savoir plus, communiquez avec nous dès aujourd'hui.

1 800 663-4819
IRP@cibc.com

Une expérience bancaire adaptée à votre vie.



*Admissibilité : Le client doit travailler pour les Forces armées canadiennes, être un emprunteur ou un coemprunteur du prêt hypothécaire, déménager à l'intérieur ou à l'extérieur du Canada à la suite d'une demande des Forces armées canadiennes. En outre, le prêt hypothécaire doit être remboursé ou transféré à une autre propriété. Certaines conditions s'appliquent. Les modalités peuvent être modifiées sans préavis. Le groupe Régime collectif de prêts hypothécaires CIBC est une division administrative de la Banque CIBC. La conception graphique du cube CIBC et « Une expérience bancaire adaptée à votre vie. » sont des marques de commerce de la Banque CIBC.



PHOTOS: IMAGERIE CPLC BRUNET

Plus de 340 militaires ont participé au nouveau concours de barbes et queues de cheval du CRFM.

L'activité a connu un vif succès, alors que plus de 340 militaires y ont pris part. En tout, les juges ont vu défiler 294 barbes et 52 queues de cheval, ce qui a permis de récolter 7 900 \$, un record de tous les temps. Les fonds amassés serviront à financer les différentes

activités organisées par le CRFM.

Grâce à de généreux partenaires et commanditaires, plus de 1 700 \$ en prix ont pu être remis à 10 participants le jeudi 16 février lors des Hivernades.

En plus d'élargir l'accessibilité au concours, les organisateurs ont aussi mis l'accent cette année sur l'originalité.

En plus des critères d'évaluation liés à la propreté, à l'apparence, à la longueur ou à la santé des poils et des cheveux, les juges accordaient également des points pour l'originalité de la taille ou de la coupe.

Forts de ce succès sans précédent, les organisateurs comptent bien conserver cette nouvelle formule gagnante l'an prochain.

TRADITION DU CARNAVAL



Plus de 150 personnes ont participé à la 22^e édition du traditionnel déjeuner du Carnaval 2017 organisé par le CRFM de Bagotville le 18 février dernier.

En plus du brunch, jeux gonflables, clowns, maquilleurs, baby-foot géant et dégustation de tirs d'érable sur la neige ont fait le plaisir des petits et des grands. La programmation n'aurait pu être complète sans le fameux concours de crêpes, pour lequel plus de 900 \$ en prix ont été remis aux mangeurs les plus rapides. Plus de 500 \$ en prix de présence ont aussi été attribués parmi l'ensemble des convives.

\$7900 for MFRC

The classic beard competition at CFB Bagotville gave way to a more inclusive formula this year by inviting women to take part in the fundraising event. This is how the first edition of the CFB Bagotville Beard and Ponytail Contest was held.

The event was a great success, with more than 340 members taking part in the event, raising a record \$ 7900.

Funds raised will be used to fund the various activities organized by the MFRC.

Thanks to generous partners and sponsors who donated more than \$ 1700 in prizes, which were awarded to 10 participants during the Hivernades on Thursday February 16th, 2017

La Force au féminin veut rejoindre les femmes militaires du Québec

La tournée provinciale passe par Bagotville

Dans le cadre de sa grande tournée provinciale destinée aux femmes militaires du Québec, le mouvement La Force au féminin s'arrêtera à Bagotville le temps d'une conférence et d'un dîner de réseautage.

L'invitée spéciale à cette occasion est la brigadier-général Lise Bourgon, première femme à commander une mission de l'OTAN et championne pour l'Aviation royale canadienne pour La Force au féminin.

Pour la fondatrice du mouvement, la major Maryse Lavoie, il fallait regrouper les femmes de tous les horizons. «Nous voulons aider les femmes de tous les milieux à atteindre leurs objectifs de développement personnel et professionnel. Peu importe le secteur dans lequel elles évoluent, les

femmes ont une place à prendre et nous voulons leur permettre de créer les liens et le réseau qui leur permet d'y arriver», explique Mme Lavoie.

Pour ce faire, le mouvement compte sur ce qu'il appelle des championnes. Il s'agit d'une douzaine de femmes qui ont atteint un certain niveau de réussite et qui par leur exemple soutiennent les femmes dans leur développement.

Maryse Lavoie parle aussi du rôle important que les hommes ont à jouer dans ce mouvement. «Nous comptons presque autant d'hommes que de femmes dans notre mouvement. C'est important de les avoir à nos côtés pour que les femmes puissent atteindre leurs objectifs. Pour faire évoluer les mentalités et pour changer les cultures, particulièrement au sein de certaines



Bgén Lise Bourgon sera à Bagotville le 24 mars.

organisations, il faut que les hommes soient à nos côtés», lance Mme Lavoie.

Toute la communauté de Bagotville est donc la bienvenue lors de ce dîner-conférence, le 24 mars (voir annonce plus bas). Comme les places sont limitées, il faut réserver en contactant la cplc Cathy Turcotte au 418-677-4000 poste 7240.

The Force for Women in Bagotville

As part of its major provincial tour for military women in Quebec, the Force for Women movement will stop in Bagotville for a networking conference and dinner.

The special guest on this occasion will be Brigadier-General Lise Bourgon, the first woman to command a NATO mission and a Champion for the Royal Canadian Air Force's Force for Women movement.

Major Maryse Lavoie is the founder of the movement and she wanted to bring together women from all walks of life. "We want to help women from all walks of life achieve their personal and professional development goals. Regardless of the sector in which they operate, women have a place to learn

and we want to enable them to create the links and the networks that enables them to do so," explains Major Lavoie.

Major Maryse Lavoie also talks about the important role that men play in this movement. "We count almost as many men as women in our movement. It is important to have them at our side so that women can achieve their goals. We need men to stand with us in order to change attitudes and to change cultures, especially within certain organizations" says Lavoie.

The whole Bagotville community is therefore welcome at this dinner-conference, on March 24th. Since space is limited, reserve your place by contacting MCpl Cathy Turcotte at 418-677-4000 ext. 7240.

**Visite de la bgén Lise Bourgon et de La Force au Féminin
Le 24 mars 2017 à Bagotville**

Brigadière-générale Lise Bourgon, première femme canadienne à commander une mission de l'OTAN, championne de la Force aérienne pour la Force au Féminin, partagera son point de vue sur la place des femmes dans les FAC et la société canadienne lors d'une conférence à l'amphithéâtre du Centre récréatif de la base situé à la bâtisse 71. Un dîner-réseautage suivra.

Les activités, organisées par la 2^e et la 3^e Escadre, s'adressent à la communauté militaire et sagueñaenne.

Conférence gratuite. Dîner-réseautage payant. Inscriptions requises pour les deux activités. Veuillez contacter cplc Cathy Turcotte au 418-677-4000 poste 7240 ou à 2EreSalleDesRapports@intern.mil.ca.

La Force au Féminin, un mouvement ralliant les femmes en uniformes et en tailleur pour les outiller vers la réussite professionnelle et personnelle, fait sa tournée des femmes militaires du Québec les 23 et 24 mars.

Suivez-nous!
www.laforceaufeminin.com
www.facebook.com/forcecanada

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**

Exercice Ready Renaissance

La 2^e Escadre répond à l'appel

Avec son mandat unique de projeter la puissance aérienne à court terme et à l'échelle mondiale, la 2^e Escadre a sauté à pieds joints sur l'occasion offerte par l'exercice Ready Renaissance 1701 (Ex RR 17) à Comox, en Colombie-Britannique, pour y déployer et y tester une Force d'intervention rapide (FIR) offrant les capacités liées au scénario.

L'Ex RR 17, coordonné par la 1^{re} Division du Canada, est l'exercice annuel de confirmation du personnel des Forces armées canadiennes chargé de missions d'aide humanitaire et de secours en cas de catastrophe. Cette année, le scénario comportait une intervention post-tsunami dans le pays fictif de Macadamia.

En tant qu'escadre expéditionnaire de l'Aviation royale canadienne (ARC), la 2^e Escadre Bagotville met constamment en



PHOTO : CAPT TREMBLAY-LEWICKI—2^e ESCADRE

La 2^e Escadre a déployé et testé avec succès une Force d'intervention rapide à Comox, en Colombie-Britannique, dans le cadre de l'exercice Ready Renaissance.

place des stratégies et des outils novateurs conçus pour rendre l'ARC plus agile, plus intégrée et plus efficace.

Réagir aux catastrophes n'est rien de nouveau pour la 2^e Escadre. Deux membres de l'escadre sont en attente 24 h/24 h, prêts à répondre à une crise dans le monde dans le cadre de l'Équipe de reconnaissance d'aide humanitaire (ERAH). La 2^e Escadre maintient également

une Force opérationnelle aérienne (FOA) en alerte, prête à appuyer les opérations aériennes partout où cela est nécessaire.

Le concept de FIR a été testé pour la première fois au cours de l'Ex RR 17 du 24 au 28 février 2017. La CRR est une force opérationnelle aérienne autonome composée de plusieurs éléments spécialisés qui peuvent être personnalisés en fonction des besoins opérationnels.

Cette FIR particulière comprenait un Centre d'opérations déployable, une Équipe de gestion du trafic aérien expéditionnaire, une Équipe de reconnaissance de l'évaluation de la surface de l'aérodrome et une Équipe d'activation d'aérodrome, totalisant 20 membres et un chargement d'équipement transportés dans un Hercules CC-130J.

L'objectif était de confirmer que cette FIR pouvait opérer dans des conditions austères semblables à celles qui suivent un sinistre. Réagissant très rapidement, la FIR a réussi à terminer l'installation du camp et à être opérationnelle dans les sept heures suivant l'atterrissage.

Après sa visite du site, le major-général Omar Lavoie, commandant de la 1^{re} Division du Canada, a déclaré : «Je suis très impressionné par la capacité, l'enthousiasme et le professionnalisme que ces aviateurs et aviatrices apportent à la lutte. Autrement dit, la 2^e Escadre est un catalyseur essentiel et un multiplicateur de forces pour

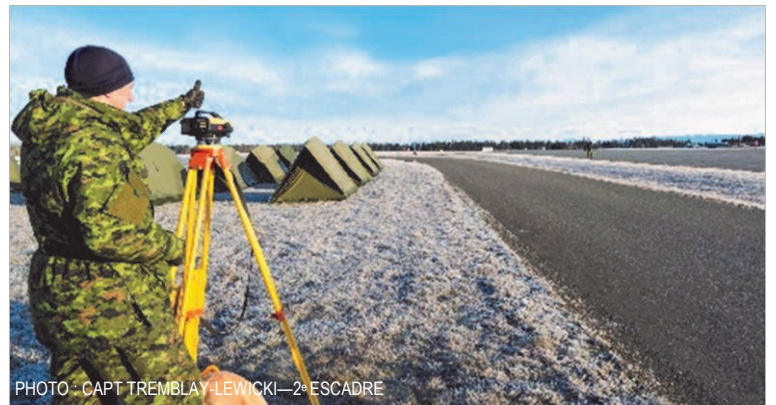


PHOTO : CAPT TREMBLAY-LEWICKI—2^e ESCADRE

Le capitaine Ludovic Santin, chef de l'Équipe de reconnaissance et d'évaluation de la surface de l'aérodrome, examine la piste utilisée lors de l'exercice Ready Renaissance.

nos opérations d'aide humanitaire et de secours en cas de catastrophe. »

Forte de cette nouvelle réus-

te, la 2^e Escadre compte bien continuer à innover afin de poursuivre le développement de ses capacités de réponse rapide!

2 Wing answers the call

With its unique mandate to project airpower on short notice and on a global scale, 2 Wing deployed a Rapid Reaction Package (RRP) to Comox, B.C., to take part in Exercise Ready Renaissance 1701 (Ex RR 17).

Ex RR 17, coordinated by 1 Canadian Division is the annual confirmation exercise for Canadian Armed Forces personnel tasked on Humanitarian Assistance and Disaster Relief missions. This year, the scenario consisted of post-tsunami disaster response in the fictitious country of Macadamia.

The RRP concept was tested

for the first time during Ex RR 17 from February 24 to 28, 2017. Reacting on very short notice, the RRP was able to complete the camp set-up and be declared operationally ready within seven hours of landing.

While visiting the RRP site, Major-General Omar Lavoie, Commander of 1 Canadian Division, remarked, "I am very impressed with the capability, enthusiasm and professionalism that these airmen and airwomen bring to the fight. Simply put, 2 Wing is a critical enabler and force multiplier to our humanitarian assistance and disaster relief operations."

Pneus

Mags Spacers

Cet été, roulez en beauté avec PAYSAN

IMBATTABLE!

PAYSAN

PIÈCES D'AUTO USAGÉES, NEUVES ET DE PERFORMANCE

APPELEZ MAINTENANT 418 696-0597

La
parole
aux aumôniers



Padre ou madre?

Il arrive assez souvent qu'en m'abordant, les gens me posent cette question en réalisant que je suis aumônier : « Doit-on vous appeler *padre* ou *madre*? » Cette question, accompagnée d'un étonnement, ne ment pas; à la vue d'une femme dans le poste d'aumônier, les gens sont agréablement surpris.

En ce mois de la Journée internationale de la femme, je tiens à remercier les pionnières de ce métier qui se sont s'enrôlées à une époque où l'on devait sortir des sentiers battus. Cela ne s'est pas accompli sans difficultés. Les femmes, moins nombreuses dans l'aumônerie encore aujourd'hui, sont cependant bien établies depuis plusieurs décennies. La passion qui les habitait m'habite aussi. En effet, j'aime ce que je fais pour diverses raisons, telles que le travail d'équipe dans une diversité culturelle et religieuse des collègues, l'écoute et l'accompagnement des personnes dans certaines dimensions de leur vie jusqu'aux rites de passage, l'expérience des déploiements, etc. Voilà autant d'expériences qui donnent un sentiment d'accomplissement.

Pour la question de départ, « *padre* ou *madre*? », l'essentiel est de découvrir ce qui se cache derrière ces expressions. L'origine du terme *padre*, propre au Commonwealth, demeure nébuleuse. « Il est possible que ce mot soit entré dans l'usage au cours de la guerre d'Espagne [...], où le terme était couramment utilisé par les Espagnols et les Portugais pour désigner les membres du clergé » (source : Manuel des Forces Terrestres). Exprimant un lien différent des militaires pour l'aumônier par rapport aux autres officiers, *padre* symbolise le réconfort. Actuellement, *madre* est le terme courant pour l'aumônier féminin réserviste chez les cadets. *padre* reste utilisé dans le milieu militaire. Cependant, les choses bougent : « Le titre de *madre* commence à se répandre pour identifier les aumôniers de sexe féminin. Les aumôniers sont perçus comme les pères et mères spirituels des militaires » (voir : Aumônerie militaire, www.Wikipedia.org). L'histoire montre que des termes se sont implantés parfois spontanément, lorsque leur signification exprimait la pensée de la majorité. Cela veut dire que mon métier, je le reçois en partie des personnes qui m'entourent et qui m'accueillent positivement dans ma tâche d'aumônier. Les termes employés expriment la façon dont on est perçu. Cela est important.

À l'exemple de ces pionnières dans le métier, allons de l'avant dans les avenues qu'il reste encore à parcourir. Quant aux termes spécifiques, l'histoire nous révélera ce que les changements de mentalités apporteront...

Capt Anne Morrissette, aumônier

Nouveau bâtiment TGEM

Une certification LEED

Comme c'est le cas pour tous les projets de construction de plus de 10 millions de dollars du ministère de la Défense nationale (MDN) depuis 2010, le nouveau bâtiment qui regroupera les sections du Transport et du GEM à Bagotville répondra à la norme environnementale LEED.

Cette certification reconnue mondialement évalue la valeur environnementale d'un bâtiment en fonction notamment des matériaux choisis, de l'efficacité énergétique ou de la qualité de l'environnement intérieur de celui-ci.

Le B371 a été conçu pour répondre aux exigences de

la certification LEED de niveau argent, le second échelon du programme et le minimum obligatoire pour toute nouvelle construction du MDN.

Le ministère de la Défense nationale détient, pour appuyer les Forces canadiennes, un important portefeuille de propriétés réparties dans tout le pays, y compris environ 21 000 bâtiments, 2,25 millions d'hectares de terrain, 5 500 km de routes et 3 000 km de conduites d'eau et d'égouts pluviaux et sanitaires.

On comprend donc l'importance du rôle que joue le MDN dans l'atteinte des objectifs environnementaux du Canada.

LEED Certified

Since 2010, all DND construction worth more than \$10 million have met the LEED environmental standard and this new building, B371, for the Transportation, Electrical and Mechanical Engineering sectors will be no different.

This globally recognized certification assesses the environmental value of a building depending on the materials chosen, the energy efficiency and the quality of the interior.

The new B371 building has been designed to meet the requirements of the LEED silver certification, the second level of the program.




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)	Capt Khaled El Seweify, 4047 (Ops)
Mme Cynthia Ruest, 4912 (Administration)	Cplc Dion-Lelievre, 7874 (425 ETAC)
Adjum Richard Gilbert, 7057 (Operation)	Mme Valérie Tremblay, 7827 (Administration)
Cplc Véronique Savard, 7599 (10 FTTS)	Cpl Marylaine Chaput, 4109 (3 EMA)
Cplc Isabelle Lévesque, 4232 (439 Esc SC)	Cplc Nathalie Houde, 7622 (Logistique)
Cplc Karine Bois, 7778 (3 EMA)	Cpl Claudia Banville, 7345 (23 Ele PM)
Sgt Julie Beaugard, 6861 (Logistique)	Cpl Laura Dassylva-Mener, 7148 (Logistique)
Mme Joanie Garneau, 661-7993 (Administration)	Cplc Pascal Breton, 3239 (2 EEA)
Cpl Joanie Couture, 7319 (Contrôle)	



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.

Après une longue maladie

Pas facile le retour à l'effort!

Que ce soit un trouble physique ou psychologique, quand le médecin annonce le diagnostic, ce n'est pas facile à accepter. Surtout lorsque la maladie entraîne des limitations physiques considérables, de la médication, un arrêt de travail important et une pause de l'entraînement.

Pour une personne en bonne santé physique et mentale, qui s'entraîne régulièrement, reprendre l'entraînement après quelques jours de congé s'avère quelque peu difficile. Imaginez retourner à l'effort après plusieurs semaines, voire plusieurs mois d'inactivité physique, avec en prime les effets secondaires de la médication et la fatigue qui est toujours présente. Ce n'est pas une chose facile!

Dès le premier entraînement, les participants constatent le niveau de la perte de condition physique. Quelle frustration de

ne plus être en mesure de faire le même entraînement qu'avant la maladie! Il est très important d'ajuster le volume et l'intensité en fonction des capacités et des limitations actuelles, quitte à revenir à la base avec de la marche et des étirements. Bien doser l'entraînement sera le rôle de votre kinésologue et il sera primordial d'écouter ses conseils. Avant de faire votre programme, il vous fera passer des questionnaires et des tests physiques au besoin afin de déterminer votre niveau de condition physique. Par la suite, il va vous concocter un programme adapté à vos objectifs, en tenant compte de vos préférences et bien entendu de vos capacités. Le mot d'ordre sera d'y aller selon votre tolérance.

L'entraînement, lorsqu'il est adéquat, a de nombreux bienfaits sur la santé physique et mentale. En plus d'améliorer les capacités cardiovasculaires et musculaires, il améliore le

sommeil, diminue le stress et augmente l'estime de soi pour ne nommer que ceux-là. Au contraire, un entraînement trop intense et trop difficile dès le début sera difficile pour le moral et augmentera les risques de blessures et de rechute. Le but d'un retour à l'effort est de recommencer à bouger et augmenter les réserves d'énergie. Mieux vaut avancer à petits pas que d'avancer et d'avoir à reculer par la suite!

Notre batterie humaine est plus facile à vider qu'à remplir. La plupart du temps, notre volonté est plus grande que notre capacité. Le temps est le meilleur des remèdes!

N'hésitez pas à aller consulter un professionnel de l'activité physique, l'équipe de kinésologues PSP se trouve au centre récréatif au poste 4253 ou 4493.



Audrey Tremblay
Pour l'Équipe PSP

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



Mars est le mois de la nutrition Mettez fin au combat avec les aliments

Manger devrait être une activité agréable et non pas une source quotidienne de frustration et de confusion. Si les aliments sont pour vous une source de combat, essayez cette approche en trois étapes :

1. Ciblez le problème.

Déterminez ce qui est à l'origine de votre combat avec les aliments. Vous avez des habitudes alimentaires dont vous voudriez vous débarrasser? Vous voulez adapter votre alimentation face à un malaise (gaz, fatigue, perte de poids, etc.)? Vous souhaitez augmenter votre apport en nutriments (fibres, légumes, protéines, etc.)? Choisissez un élément à travailler et concentrez-vous sur un problème à la fois.

2. Renseignez-vous.

Internet regorge d'informations sur la nutrition. Le problème, c'est que tout le monde peut maintenant produire de l'information accessible. L'information juste et crédible se perd malheureusement dans la foule d'informations erronées disponibles en un simple clic. **Servez-vous de faits provenant de sources crédibles pour décider des mesures qui doivent être prises pour régler le problème.** Consultez des sites fiables, rédigés par des professionnels de la santé reconnus, avec des sources scientifiques, comme ceux-ci :

www.dieteticians.ca www.extenso.org

www.monequilibre.ca www.sainealimentationontario.ca

3. Demandez de l'aide.

Mettez votre plan à exécution grâce au soutien d'une diététiste, de votre famille et de vos amis. Pour du soutien professionnel (médecin, nutritionniste), vous pouvez contacter les services de santé de Bagotville (poste 7947). De plus, la Promotion de la santé offre une variété d'ateliers sur la nutrition. Contactez-nous pour informations et inscriptions (poste 7102).

Du 1^{er} au 31 mars, participez aux activités et aux tirages pour les membres militaires et civils, ainsi que les familles!

CALENDRIER DES ACTIVITÉS

Mars 2017

PROMOTION DE LA SANTÉ

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

Respect dans les FAC
8 ou 22 mars 8 h-16 h

Nutrition 101
10 mars 8 h-12 h

**Force mentale et sensibilisation
au suicide**
16 mars 8 h-16 h

**Lecture des étiquettes /
Reading Nutrition Facts**
17 mars 8 h-10 h
March 17th 10:00-12:00 (English)

Toxicomanies 101
17 ou 31 mars 9 h-12 h

Manger santé au restaurant
24 mars 8 h-10 h

Gérer les moments de colère
2 jours d'ateliers
23 ET 30 mars 8 h-16 h

Techniques de relaxation
30 mars 9 h-12 h

Inter-comm
(série de 4 ateliers de 3h)
les mercredis 5, 12, 19
et 26 avril 8 h 30-11 h 30

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

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

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

À VENDRE

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

S L'ACTUALITÉ EN SUINO



PHOTO : IMAGERIE CPL CHABOT

BAL DU COMMANDANT

Près de 120 invités triés sur le volet ont pris part le 18 février, au Mess des officiers, à la 30^e édition du Bal du commandant. Cette année, l'activité, qui vise à resserrer les liens avec la communauté régionale, avait pour thème le 75^e anniversaire de la fondation de la Base de Bagotville. Le commandant de la BFC Bagotville, le colonel Molstad, a d'ailleurs présenté aux invités un bref historique de la présence de l'aviation militaire au Saguenay.

CONFIRMATION

Il est déjà temps de vous inscrire ou d'inscrire votre enfant aux catéchèses de préparation à la Confirmation 2017. Les sept rencontres préparatoires se tiendront le mercredi de 18 h 30 à 20 h, du 29 mars au 21 juin. La date de la cérémonie reste à confirmer.

Pour information ou inscription contactez le bureau de l'aumônerie au poste 7350.

Activité Jeunesse 10-17 ans
7-9 ans avec accompagnateur 13 ans & plus

Samedi, 18 mars : Mont Lac-Vert

Le Programme de loisirs vous offre la possibilité comme parent de participer à l'activité avec votre enfant.

Règlements:

- Réserver votre place lors de l'inscription de votre jeune.
- Acheter vous-même votre billet de remontée au comptoir PSL.
- Donner votre soutien à l'animateur jeunesse durant la sortie.

Date limite d'inscription **Prix pour l'enfant: 15\$**
13 mars (incluant remontée & transport)

Location Ski / Planche (si requis) : 10\$
Casque obligatoire (location disponible sur place: 5\$ +tx)

Départ du Centre communautaire : 7 h 30
Retour prévu: 17 h 30

Prévoir un lunch ou de l'argent de poche pour le dîner

Pour information et inscription : Fred Pihote 418-677-4000 poste 7563



PHOTO : IMAGERIE CPL CALVÉ

VOLLEY-BALL

Bagotville était l'hôte, du 20 au 23 février dernier, du championnat régional de volley-ball. Malgré un excellent travail d'équipe et les efforts déployés durant le tournoi, les équipes de Bagotville n'ont pas réussi à se classer pour la finale. Ce sont les équipes d'Ottawa chez les filles et de Valcartier chez les hommes qui représenteront la région du Québec au niveau national.

CENTRE DENTAIRE
Desgagné
Ouellet

Dr Bernard Desgagné, DMD
Dr Martin Ouellet, DMD

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

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

Mettez fin au combat avec les aliments!
Ciblez le problème, renseignez-vous et demandez de l'aide.
moisdelanutrition2017.ca

Tournée des boîtes à lunch
Tous les midis du mois de mars, le personnel de la PS se promènera au sein des aires de repos/cantines de la Base et remettra des coupons de tirage à ceux et celles qui répondront à une question en lien avec la thématique du mois.
Plusieurs prix seront tirés parmi les participants à la fin du mois.

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

Capsules nutrition de la semaine à la fin des entraînements de groupes PSP

Health Promotion in the Canadian Forces
STRENGTHENING THE MIND AND BODY
RENFORCER LES FORCES
Promotion de la santé dans les Forces canadiennes

Pour plus d'information, poste 7102 ou promosate@forces.gc.ca

INFO-MESS — mars - avril 2016

MESS DES OFFICIERS

Mars

JEUDI 9 MARS – LUNCHEON
JEUDI 16 MARS – DMCV
JEUDI 23 MARS – LUNCHEON
JEUDI 30 MARS – CAFÉ DE MEMBRES

Avril

À venir

MESS DES ADJ/SGTS

Mars

VENDREDI 10 MARS – DMCV
JEUDI 16 MARS – CAFÉ CHEF
VENDREDI 24 MARS – DMCV
JEUDI 30 MARS – CAFÉ CHEF

Avril

VENDREDI 7 AVRIL – DMCV
JEUDI 14 AVRIL – CAFÉ CHEF

MESS DES RANGS JUNIORS

Mars

VENDREDI 10 MARS – DMCV
VENDREDI 17 MARS – DMCV
SAMEDI 18 MARS – BINGO
JEUDI 23 MARS – CAFÉ CHEF
VENDREDI 24 MARS – DMCV
VENDREDI 31 MARS – DMCV

Avril

VENDREDI 7 AVRIL – DMCV



Nous comptons
SUR VOUS.
Maintenant,
comptez
SUR NOUS.

Commencez
à tirer parti de
services bancaires
GRATUITS!

Nouvelles offres exclusives pour les membres de la communauté de la Défense canadienne²

- Services bancaires **GRATUITS** avec le programme Performance¹
- **NOMBRE ILLIMITÉ** de Virements *Interac*^{MD+}
- **Tarifcation réservée aux employés de BMO** sur un large éventail d'options hypothécaires^{3,4}
- **Aucuns frais annuels** avec la carte Mastercard^{MD®} BMO^{MD} Appuyons nos troupes⁵



Consultez bmo.com/sbcdcoffre pour en savoir plus.
Faites une demande dès aujourd'hui.



¹ Les frais mensuels du programme sont exonérés. Vous devez payer les frais liés aux transactions, aux services et aux produits non inclus dans votre programme de services bancaires. ² Une preuve d'admissibilité aux Services bancaires pour la communauté de la Défense canadienne est exigée. Les offres peuvent être modifiées ou retirées en tout temps, sans préavis. ³ L'octroi de crédit et le montant que vous pouvez emprunter sont assujettis aux critères habituels de BMO. ⁴ Certaines conditions s'appliquent. Ces offres spéciales ne sont pas valides pour l'hypothèque futée BMO à taux fixe de 5 ans ou 10 ans, ou pour la MargExpress sur valeur domiciliaire^{MD}. ⁵ Aucuns frais annuels ne s'appliquent pour le titulaire principal et les titulaires autorisés. Les frais annuels et tous les autres frais applicables peuvent changer. Pour connaître les taux et les frais courants, passez à votre succursale, communiquez avec le Centre contact clientèle au 1-800-263-2263 ou consultez bmo.com/cartesdecouvert.

^{MD+} Virement *Interac* est une marque de commerce déposée d'Interac inc. Utilisée sous licence. ^{MD®} Mastercard est une marque déposée, et le dessin des cercles est une marque de commerce de Mastercard International Incorporated. Utilisée sous licence.

RETOUR AU SERVICE

Commissionnaires reconnaît la valeur de vos compétences transférables et de vos antécédents de service dans les Forces armées, la police ou la GRC. Nous sommes un organisme sans but lucratif voué à offrir des emplois valorisants aux vétérans. Joignez-vous à l'équipe de Commissionnaires et mettez votre expertise et votre expérience à profit en veillant à la sécurité et à la sûreté des personnes et des biens dans une vaste gamme de milieux – soins de la santé, éducation, aéroports, ports maritimes et soutien aux services policiers.

DEVENEZ UN COMMISSIONNAIRE DÈS AUJOURD'HUI
877 322 6777 | commissionnaires.ca



COMMISSIONNAIRES

FIABLE • EN TOUT TEMPS • EN TOUT LIEU

PROGRAMME **PLEIN AIR** HIVER

2016-2017

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 10 h, 13 h, 15 h) 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 13

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 À Venir
Adultes (13 ans et plus)



Posted to OTTAWA?

- Brookfield Relocation Specialist
- Bilingual / Bilingue
- Retired Service member
- I've been on 4 HHT's myself
- I understand your sense of urgency
- Reply within 1 hr - **GUARANTEED**
- **CERTIFIED NEGOTIATION EXPERT**
- Several Satisfied Military clients

Testimonials: www.salazarproperties.ca/testimonials



Joe Salazar CD1

Sales Representative

Dir: 613-218-6714

Off: 613-695-2525

Email: JoesHomes@me.com

Web: SalazarProperties.ca



D'autres rabais grâce aux partenaires des Loisirs PSP

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. Vous devrez montrer une carte PSL de couleur orange ou bleue pour chaque billet..

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-Coeur

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

PÂQUES EST À NOS PORTES! VENEZ FAIRE DE MULTIPLES ACTIVITÉS ET LA CHASSE AUX

SAMEDI 8 AVRIL 2017

9 h 30 à 11 h 30 OU 12 h 30 à 14 h 30
Centre communautaire (CRFM)



Coût : 3 \$ par enfant

Gratuit pour les enfants âgés de moins d'un an et demi.

Inscription et paiement obligatoires au CRFM avant le 31 mars 2017 à 16 h.

EASTER IS COMING! COME DO NUMEROUS ACTIVITIES AND AN EASTER EGG

SATURDAY, APRIL 8, 2017

9:30 to 11:30 a.m. OR 12:30 to 2:30 p.m.
Community Centre (MFC)



Fee: \$3 per child.

Free for children less than 18 months old

Registration and payment are mandatory at the MFC before March 31, 2017 at 4:00 p.m.





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



mars — avril 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
<p><i>Inscrivez à votre agenda le 22 avril pour la Soirée de reconnaissance des conjointes et des conjoints de militaires!</i> <i>Save your April 22nd for the Military Spouse Appreciation evening!</i></p>				<p>9 Parents-enfants: jeux libres Teen Town: activités mères-filles PROGRAMME FRIENDS</p>	<p>10 Parent-enfants: atelier Sage-femme de 9 h à 15 à 10 h: maquillage, coiffure, photo (Bilingue) Teen Town: sortie au Café Klimt</p>	<p>11 Initiation à l'autodéfense pour les femmes 13 h 30 à 15 h. Répit-déploiement (possible) Teen Town: activités libres de 18 h à 21 h</p>
<p>12</p>	<p>13 Semaine de rencontre de mi-session des ateliers préscolaires. Bears Groupe tricot</p>	<p>14 Parents-enfants: gymnase Les Croquignoles</p>	<p>15 Sortie resto: Voie Maltée Jonqu. Bears Parents-enfants: heure du conte Soirée créative Teen Town: on jour à Clue!</p>	<p>16 Les Croquignoles Parents-enfants: jeux libres Teen Town: sports PSP</p>	<p>17 Teen Town: escalade à l'UQAC</p>	<p>18 Teen Town: activités libres de 13 h à 16 h et marathon Seigneur des anneaux (2^e film) de 18 h à 21 h</p>
<p>19</p>	<p>20 Groupe tricot Bears</p>	<p>21 Draco Les Croquignoles Parents-enfants: jeux libres</p>	<p>22 Soirée créative The Bears Teen Town: on cuisine de la pizza!</p>	<p>23 PROGRAMME FRIENDS Parents-enfants: gymnase Les Croquignoles Teen Town: sports PSP</p>	<p>24 Parents-enfants: bricolage Teen Town: soirée à la salle de jeux communautaire</p>	<p>25 Ateliers scientifiques pour les enfants Répit-déploiement (possible) Teen Town: activité de financement à l'épicerie Richelieu de 12 h à 17 h et libre de 18 h à 21 h</p>
<p>26</p>	<p>27 Groupe tricot Bears</p>	<p>28 Les Croquignoles Parents-enfants: gymnase</p>	<p>29 Soirée créative The Bears Parents-enfants: heure du conte Teen Town: activités libres</p>	<p>30 Les Croquignoles Parents-enfants: jeux libres Teen Town: marathon Seigneur des anneaux (3^e film)</p>	<p>31 Teen Town: jeux de société</p>	<p>1^{er} avril Teen Town: sortie au Cinéma Odyssée de 13 h à 16 h et activité poisson d'avril de 18 h à 21 h</p>
<p>2</p>	<p>3 The Bears Groupe tricot</p>	<p>4 Draco Les Croquignoles</p>	<p>5 Soirée créative The Bears Teen Town: à déterminer</p>	<p>6 Les Croquignoles Teen Town: à déterminer</p>	<p>7 Teen Town: à déterminer</p>	<p>8 Chasse aux cocos et activités de Pâques Teen Town: à déterminer</p>

Remerciements:
Déjeuner familial du Carnaval et CONCOURS DE BARBE et de queue de cheval

Thanks for the
Carnival Family Breakfast and BEARD and Ponytail CONTEST

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

DES OFFRES
HYPOTHÉCAIRES
EXCLUSIVES POUR
LES MILITAIRES

UN PROGRAMME FINANCIER ADAPTÉ À LA RÉALITÉ DES MILITAIRES

**GRÂCE AU PROGRAMME FINANCIER
POUR LES MILITAIRES, BÉNÉFICIEZ :**

- d'un financement hypothécaire adapté à votre réalité;
- d'une exonération des indemnités hypothécaires lors de transferts¹;
- d'une remise en argent de 0,5 % sur un nouveau prêt hypothécaire Desjardins²;
- d'un rachat de taux offert avec l'enveloppe Brookfield sans pénalité*;
- et de plusieurs autres avantages!

Informez-vous!

**1 866 307-3787
desjardins.com/militaire**

 **Desjardins**
Caisse des militaires

Détails et conditions sur desjardins.com/militaire.

1. S'applique uniquement lorsqu'un militaire, un réserviste ou un civil du ministère de la Défense nationale est affecté et effectue un financement hypothécaire dans un territoire qui n'est pas desservi par une caisse Desjardins. Une preuve officielle du transfert devra être fournie à la caisse.

2. Non applicable sur les transferts de prêt d'une caisse à une autre. La remise en argent est uniquement applicable si la demande hypothécaire se fait sans intermédiaire externe à Desjardins.

* Certaines conditions s'appliquent, voir les détails en caisse.