

le **VORTEX** de Bagotville



Volume 12 Numéro 4

LE JOURNAL DE LA BASE DES FORCES CANADIENNES DE BAGOTVILLE

AVRIL 2017



page 3

- Les activités de la Journée de femme font salle comble... page 2
- Un camp d'entraînement pour le mois de l'activité physique... page 5
- Un pilote de Bagotville se distingue à Red Flag... page 6

JUSQU'À CE QUE LES ROUTES SOIENT PARFAITES.

Obtenez

70\$*

www.NokianTires.com

f t i

/NokianTiresNA

**GARAGE
JEAN-PIERRE
TREMBLAY**

MEMBRE DU RESEAU **TIRECRAFT**

La Baie 2460, rue Bagot 418-544-4455	Chicoutimi 1737 boul. Talbot 418-545-4455
---	--

*Régulé par une carte promotionnelle. De 17h00 à 19h00, du 28 au 30 avril. À l'achat d'un ensemble de 4 pneus Nokian, tous les détails en magasin.

L'activité fait salle comble

Plus de 200 personnes ont pris part au dîner-conférence et aux activités entourant la célébration de la Journée de la femme, le 15 mars dernier à la BFC Bagotville.

Le tout a commencé par un dîner-conférence au cours duquel la députée fédérale de Jonquière, Karine Trudel, a parlé de la place des femmes dans les sphères de décisions, de la conciliation travail-famille et de l'importance du soutien des proches pour faire carrière.

La conférence de Mme Trudel a pris des allures d'échanges avec les quelque 200 convives présents. « C'était un message très positif. Elle a rappelé que tout est possible pour les femmes et que le fait d'être une femme ne doit pas nous empêcher de faire ce que l'on veut », a résumé la coordonnatrice de l'événement, Cynthia Ruest.

La nouvelle formule adoptée cette année laissait davantage de temps pour visiter la trentaine de kiosques aménagés

pour l'occasion. « Nous avons laissé tomber les ateliers qui se déroulaient après le dîner et nous avons aménagé davantage de kiosques de toutes sortes. Cette décision a semblé faire le bonheur des participants, qui avaient plus de temps pour tout voir. Les représentants des organismes et des commerces qui ont participé ont aussi aimé la nouvelle formule », a ajouté Mme Ruest.

Grâce à la collaboration du



La députée de Jonquière, Karine Trudel, était l'invitée d'honneur et la conférencière lors du dîner auquel plus de 200 personnes ont participé.

commanditaire principal l'Éternel Spa, du partenaire majeur Canex et des contributions des commerces invités, 80 prix de présence totalisant une valeur de plus de 7 000 \$ ont été attribués au cours de l'après-midi.

L'activité est organisée chaque année par un comité formé d'une quinzaine de personnes provenant de différentes sections de la base.

« Nous sommes très satisfaits du déroulement. Nous avons eu beaucoup de bons commentaires. Je crois que nous avons répondu aux attentes », conclut la coordonnatrice.



La nouvelle formule de l'activité soulignant la journée de la Femme donnait davantage de temps aux participantes pour visiter la trentaine de kiosques aménagés pour l'occasion.

More than 200 people for Women's Day

Women's Day was celebrated on March 15th at CFB Bagotville and more than 200 people attended the conference dinner and celebratory activities.

The event began with a dinner-conference where the Member of Parliament for Jonquière, Karine Trudel, spoke about the place of women in decision-making, work-life balance and the importance of fam-

ily support for careers.

Mrs. Trudel's speech was more like an open conversation with the crowd. "It was a very positive message. She said that everything is possible for women and that being a woman should not stop us from doing what we want to do in life," said Cynthia Ruest, the event coordinator.

The new program adopted

this year allowed more time for the guests to visit the thirty kiosks set up for the occasion.

Thanks to all the major sponsors including Eternel Spa, Canex and guest contributions, 80 attendees took home more than \$7000 in total prizes. "We had a lot of good reviews. I believe everyone was satisfied," concludes Ms. Ruest.

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: 11 mai 2017
Date de tombée pour la prochaine édition:
2 mai 2017

TRIATHLON

CHAMPIONNAT NATIONAL
GATINEAU, QC
DU 7 AU 9 JUILLET 2017

NATIONAL CHAMPIONSHIP
GATINEAU, QC
JULY 7 TO 9, 2017

INFORMATION POUR INSCRIPTION AVANT
LE 10 MAI / FOR INFO AND REGISTRATION
BEFORE MAY 10TH :

COORDONNATEUR DES SPORTS
SPORT COORDINATOR

STÉPHANE LAVOIE 7253



Soirée reconnaissance festive

Homage à la force conjointe

Le 22 avril, la BFC Bagotville tiendra sa seconde soirée de reconnaissance des conjointes et conjoints de militaires à l'hôtel Delta de Jonquière.

Cet événement, qui prendra la forme d'un souper festif décontracté, se veut une occasion de souligner le soutien qu'apportent les conjointes et les conjoints aux militaires dans l'accomplissement de leur mission. C'est pour cette raison qu'on l'appelle de plus en plus la *force conjointe*. « Les familles des militaires sont le ciment qui nous permet d'accomplir notre travail. Elles sont la force derrière les Forces », résume l'adjudant Marc Corriveau, adjudant-chef de la 3^e Escadre et de la BFC Bagotville.

Dans son mot publié en page quatre de cette édition, l'adjudant-chef rappelle aussi que les conjointes et les conjoints font souvent des sacrifices importants au plan personnel pour soutenir la carrière militaire de l'autre membre du couple.

C'est donc dans ce sens qu'a été élaborée la soirée reconnaissance dont l'idée a été lancée par le commandant de la base et le conseil d'administration du CRFM de Bagotville, auxquels se sont aussi asso-



PHOTO : ARCHIVES IMAGERIE

Madame Isabelle Gauthier, directrice générale du CRFM de Bagotville, s'adressant à la foule lors de la dernière Soirée de reconnaissance des conjointes et conjoints de militaires au printemps 2015. Cette année, la soirée se tiendra le 22 avril au Delta Saguenay, sous une formule renouvelée!

ciées les conjointes du commandant et de l'adjudant-chef de la Base.

« Ce sera une fête qui se déroulera dans une ambiance décontractée. Le protocole a été mis de côté. Les militaires seront en tenue civile pour l'occasion », explique la coordinatrice de l'activité Danielle Valmera-Michaud, coordinatrice du développement personnel et intégration communautaire au CRFM.

« Nous avons fait un sondage pour savoir quel genre de soirée voulaient les conjointes et conjoints : les répondants

étaient presque unanimes, il fallait que ce soit une soirée festive et décontractée. C'est ce que nous avons préparé », résume Mme Valmera-Michaud.

Cocktail, souper quatre services, kiosque photo et animation seront donc de la partie pour faire de cette activité une grande fête de reconnaissance pour les conjointes et les conjoints des militaires.

« Nous souhaitons que l'ensemble de la communauté participe à cette activité. La soirée est ouverte à tous », ajoute la coordinatrice.

TIRAGE

Les billets pour cette soirée sont disponibles, au coût de 15\$ seulement, jusqu'au 18 avril au magasin Canex de la base et au CRFM de Bagotville. De plus, ceux qui se procureront des billets d'ici le

18 avril seront éligibles au tirage de deux paires de laissez-passer VIP, d'une valeur de plus de 250 \$ chacun, pour assister au Spectacle aérien international de Bagotville 2017, le dimanche 25 juin prochain.

Spouses Appreciation Evening

On April 22, CFB Bagotville will hold its second military spouses appreciation evening at the Delta Hotel in Jonquière.

This event, which will take the form of a casual festive supper, is an opportunity to highlight the support that spouses provide to military members in accomplishing their mission. It is for this reason that it is increasingly called "joint force".

CWO Marc Corriveau, 3 Wing Chief Warrant Officer at CFB Bagotville states on page four of this edition,

that "Military families are the cement that allows us to do our job. They are the force behind the Forces."

"It will be a party that will take place in a relaxed atmosphere. The protocol has been set aside. Military members will be dressed in civilian clothes for the occasion," says activity coordinator Danielle Valmera-Michaud, Personal Development and Community Integration Coordinator at the MFRC.

Cocktails, a four-course dinner, a photo booth and en-

tertainment will be part of the evening to make this event a great celebration for the spouses.

Tickets are available for \$15 only until April 18th, are open to the whole community and can be purchased at the MFRC front desk.

Those who purchase tickets by April 18 will also be eligible to win two Pairs of VIP Passes to attend the 2017 Bagotville International Air Show on June 25th, valued at more than \$ 250 each.

Our clinic provides bilingual services

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

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

André Bossé
Courtier immobilier
BILINGUE

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

Contactez l'agent qui en fera plus pour vous !
Contact the agent who will go further for you !

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

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

La force derrière les Forces

Lorsqu'on parle de service et de sacrifice, on pense souvent à nos marins, à nos soldats et à nos aviateurs, mais nous ne devons jamais oublier le service et le sacrifice faits chaque jour par les familles de nos militaires. Ces familles sont courageuses, résilientes et passionnées; elles sont le ciment qui nous lie.



Nous en demandons tellement à nos familles de militaires, et elles répondent toujours présentes. Elles se donnent pleinement pour nous soutenir. Les conjointes et conjoints nourrissent la famille, gèrent la maison pendant les déploiements, en plus de souvent mettre leur carrière en pause. Et que dire des enfants de militaires?

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

Ils sont extrêmement résilients et, au moment où ils termineront leurs études secondaires, beaucoup d'entre eux auront connu, souvent plus d'une fois, le dé-

ploiement d'un parent dans une zone de combat ou sa participation à une opération de maintien de la paix, en plus d'avoir changé d'école à plusieurs reprises et d'avoir dû s'adapter à chaque déménagement. Ils surmontent les situations les plus difficiles.

Je serais négligent si j'omettais de mentionner nos familles élargies. Les grands-parents, parents, frères, sœurs et collègues, civils ou militaires, jouent tous un rôle important en appuyant les Forces armées canadiennes dans leur mission.

Vous êtes la force derrière les Forces, et à vous tous, autant que vous êtes, qui soutenez l'uniforme, merci.

The Force behind our Forces

When the words service and sacrifice are spoken, we often think of our sailors, soldiers and aviators but we should never forget the service and sacrifice military families make each and every day. Military families are courageous, resilient and passionate; they are the glue that bonds us.

We ask so much of our military families yet they never fail; they give their all to support us. Spouses nurture the family, manage the home front during deployments, and oftentimes they put careers on hold. What can we say about military children? They are extremely resilient and by the time they graduate high school, many of them will have experienced a parent or parents deployed to a combat zone or peacekeeping operation, often more than once, changed schools numerous times and been expected to adapt each and every move. Under the most challenging of circumstances, they triumph.

I would be remiss if I didn't mention our extended families. Grandparents, parents, brothers, sisters and civilian and military colleagues all play an important role in helping the Canadian Armed Forces achieve its mission.

You are the force behind the Forces and to each and every one of you that stands with the uniform, thank you.

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

Lors de la plus récente assemblée du conseil municipal, le 3 avril dernier à La Baie, nous avons rendu hommage à un des plus illustres membres du monde communautaire de Saguenay en la personne de Monseigneur Léonce Bouchard.

Homme de religion natif de Saint-Ambroise particulièrement remarquable pour son extrême humilité, Léonce Bouchard a agi comme abbé, vicaire et curé dans diverses paroisses de la région. La première cause à laquelle il a consacré temps et efforts est celle des jeunes ruraux. Puis, lorsqu'affecté aux paroisses du centre-ville de Chicoutimi, il y constate de visu la pauvreté.

Celui-ci à partir de ce moment qu'il s'implique plus officiellement et ce, pendant plusieurs décennies, dans la vie communautaire. Tout récemment retraité, l'objet de son action plus récente consistait à s'occuper plus particulièrement des personnes démunies pour lesquelles il a tenté d'amoinrir les difficultés par l'opération de cinq œuvres distinctes, c'est-à-dire le Comptoir vestimentaire Les Fringues, la Soupe populaire de Chicoutimi, l'Atelier de récupération Saint-Joseph, la Maison d'Accueil pour sans-abri, ainsi qu'une fondation qui porte son nom dont le but est d'apporter un soutien financier à d'autres organismes de même vocation dans la région.

C'est avec fierté que le conseil municipal a honoré ce grand homme, que nous avons intronisé comme membre de l'Ordre de Saguenay. Cette mention représente la plus haute distinction honorifique décernée par la Ville. L'Ordre a été créé en 2010 dans le but de souligner l'apport exceptionnel de citoyens dans leur milieu et de ceux qui contribuent au rayonnement de la municipalité au-delà de ses frontières.

Monseigneur Léonce Bouchard est alors devenu le sixième membre de l'Ordre, après feu le Cavalier Richard Renaud et feu le Caporal Dany-Olivier Fortin en novembre 2010 ; monsieur Marc Fortin en juin 2013 ; ainsi que madame Marina Larouche et monsieur André Harvey en septembre 2013.

De tout pour tous lors du mois de l'activité physique en mai

Un camp d'entraînement physique et mental

L'équipe PSP profite du mois de l'activité physique en mai pour lancer un camp d'entraînement physique et mental basé sur la Triade santé. Ce nouveau programme a pour objectif de développer non seulement une meilleure condition physique par l'entraînement, mais aussi de saines habitudes de vie permanentes chez les participants.



Le camp comprendra à la fois des entraînements de groupe et des ateliers touchant différents aspects de la santé en général.

« Nous voyons des gens qui sont à bout de ressources, qui ne savent plus par où commencer pour se remettre en forme et qui sont découragés, c'est pour eux essentiellement que nous avons conçu le programme basé sur la Triade santé », explique la coordonnatrice au conditionnement physique à Bagotville, Claudie Descoteaux.

Comme son nom l'indique, le programme compte trois volets : le mieux-être physique, le mieux-être nutritionnel et le

mieux-être mental.

Pour développer ces trois aspects, les spécialistes du conditionnement physique et ceux de la promotion de la santé ont mis sur pied un camp d'entraînement physique et mental qui se tiendra cinq jours par semaine à raison de 30 minutes par jour.

Le camp comprendra à la fois du conditionnement physique de groupe en compagnie d'un entraîneur, des ateliers de toutes sortes avec des spécialistes (nutrition, sommeil, prévention

des blessures), des évaluations régulières de la condition physique et même un suivi pendant trois mois après la fin du camp.

« Nous avons constaté une hausse du nombre de membres qui souffrent d'embonpoint ou de blessures chroniques. Lorsque leur condition physique se détériore, ils ne savent plus comment se remettre sur le droit chemin. Nous allons les aider! », lance Mme Descoteaux.

Dans le même ordre d'idée, deux autres activités seront proposées au cours du mois de mai par l'équipe PSP : le défi podomètre et

un entraînement à la course à pied.

« Nous avons décidé de ramener le défi podomètre, qui fonctionne bien dans d'autres bases au pays. Les gens peuvent s'inscrire en équipe de cinq ou seul pour tenter d'enregistrer le plus de pas possible au cours du mois », explique Claudie Descoteaux.

Pour ce qui est de l'entraînement à la course, il a pour objectif de donner de bonnes techniques aux coureurs de niveau débutant ou intermédiaire. « Chaque année, lorsque le printemps arrive, plusieurs militai-

res décident de commencer à courir. Comme ils n'ont pas de bonnes techniques et qu'ils oublient souvent de se réchauffer, on a de nombreuses blessures. On a voulu les aider à profiter des bienfaits de la course de façon progressive et sécuritaire », explique la spécialiste en conditionnement physique.

Le message est donc clair, le mois de mai est une belle occasion de se remettre à bouger et les spécialistes s'entendent sur le fait que 30 minutes par jour suffisent à améliorer sa condition physique et à améliorer sa santé en général.

Voir les détails des programmes offerts lors du Mois de l'activité physique en page 7

Mental and physical training camp

May is Physical Activity Month and for the occasion, the PSP team is launching a physical and mental training camp based on the Health Triad. The goal of this new program is to develop not only better physical fitness through training, but for the participants to also develop healthy lifestyles.

As the name suggests, the program has three components: physical well-being, nutritional well-being and mental well-

being. To develop these three aspects, fitness and health promotion specialists have developed a physical and mental training camp that will be held five days a week, 30 minutes per day.

The camp will include both group fitness in the company of a coach, workshops of all kinds with specialists (nutrition, sleep, injury prevention), regular fitness assessments and even follow-up for three months when the camp ends.

The PSP will also propose two other activities during the month of May: the challenge pedometer and an obstacle course race.

Please register by April 28th if you wish to partake in any of these activities.

May is clearly a great opportunity to get back on the move and experts agree that 30 minutes a day is enough to improve one's physical condition and improve one's general health.

HOCKEY INTER-SECTIONS

Bravo aux équipes gagnantes de la ligue de hockey inter-sections. En division A : les Armeurs (photo du haut), en division B : l'équipe du 12ER/Gr. SIT (au centre) et en division C: les Angry Beaver (en bas).

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

Une Alouette se distingue

Meilleur commandant de mission à Red Flag

Le capitaine Brian Coyle, un pilote du 425 ETAC actuellement en échange aux Pays-Bas, s'est distingué récemment en recevant le titre de meilleur commandant de mission lors de la seconde tranche de l'exercice Red Flag 2017.

Cet entraînement d'une durée de deux semaines se déroule chaque année à la base américaine de Nellis, près de Las Vegas, au Nevada, et réunit des milliers de militaires de toutes les armes. Red Flag est l'occasion pour les représentants de nombreux pays alliés de s'entraîner ensemble au cours de scénarios très réalistes impliquant l'aviation dans toutes sortes de missions.

« En ce qui me concerne, la mission que je devais préparer avait pour objectif de retrouver et de neutraliser des missiles Scud en terrain ennemi. Nous devons coordonner nos interventions aériennes avec des troupes au sol qui devaient trouver les cibles et les identifier », a expliqué le capitaine Coyle lors d'une entrevue accordée au Vortex alors qu'il prenait part à un autre entraînement en Europe à la fin mars.

« Lorsqu'on est commandant de mission, on doit élaborer le plan et le communiquer à tous les intervenants. Quelques jours avant la mission, j'ai exposé mon plan à la trentaine de personnes qui devaient toutes assurer une portion de sa réalisation avec leur équipe respective, c'est une portion assez stressante. C'est à ce moment que tu sais si ton plan peut fonctionner », lance le capitaine.

Au cours des jours qui suivent, tous les intervenants préparent leur portion de la mission. Des centaines de personnes ont été impliquées dans l'opération commandée par le capitaine Coyle, dont une soixantaine d'aéronefs différents.

Le jour « J », le capitaine Coyle s'est installé aux commandes de son avion-chasseur F-16 en compagnie de trois autres pilotes néerlandais. À partir de ce moment, il ne pouvait que compter sur le travail des autres participants pour s'assurer que son plan se réalise comme prévu. Moins de 90 minutes plus tard, il pouvait être fier, tout s'était bien déroulé.



PHOTO : AVIATION ROYALE DES PAYS-BAS

La base américaine de Nellis, près de Las Vegas, est l'hôte chaque année de l'exercice Red Flag, un entraînement de haut niveau et très réaliste pour les forces aériennes alliées des États-Unis.

« Je suis très fier du travail de tous les gens qui ont collaboré à cette mission. C'était la première fois que j'agissais comme commandant de mission. C'était l'occasion pour moi d'obtenir une reconnaissance de ma qualification et je crois que je peux dire que j'ai répondu aux attentes », ajoute humblement le capitaine, qui s'est vu remettre par le commandant de Red Flag le prix du meilleur commandant de mission. Il a ainsi devancé une trentaine d'autres pilotes participants à la seconde partie de Red Flag 2017.

« C'était une mission assez com-

plexe. La clé, c'est la préparation et la communication avec les différents spécialistes. Tout le monde a fait un excellent travail et je n'aurais pas pu espérer commander une meilleure équipe. C'est un sentiment incroyable de voir son travail reconnu et c'est aussi un honneur que je partage avec les gens qui travaillent avec moi », ajoute le capitaine Coyle.

Le champion commandant de mission s'est dit à la fois fier pour ses coéquipiers du 313^e Escadron de l'Aviation royale des Pays-Bas, mais aussi pour l'Aviation royale canadien-

ne qui l'a formé et qu'il représente dignement à l'étranger.

Le commandant de la 3^e Escadre et de la BFC Bagotville, le colonel Darcy Molstad, a d'ailleurs tenu à féliciter personnellement le capitaine Coyle dans un courriel qu'il lui a envoyé quelques jours après son retour en Europe. « Toutes mes félicitations pour avoir obtenu le titre du meilleur commandant de mission à Red Flag. C'est un accomplissement fantastique et une reconnaissance de ton dévouement, de ton professionnalisme et de ton talent », a écrit le colonel Molstad.

Best Mission Commander at Red Flag

Captain Brian Coyle, a 425 ETAC pilot currently in exchange in the Netherlands, recently distinguished himself as the 'Best Overall Mission Commander' in the second installment of Exercise Red Flag 2017.

This two-week training takes place every year at the American base in Nellis, near Las Vegas, Nevada, and brought together thousands of soldiers from all trades. Red Flag is an opportunity for representatives of many allied coun-

tries to train together in very realistic scenarios involving aviation in all sorts of missions.

"The mission I had to prepare for was to find and neutralize Scud missiles in enemy terrain," Captain Coyle said in an interview with the Vortex. "It was a rather complex mission. The key is proper preparation and communication with the different specialists. Everyone did a great job and I could not have asked for a better team," adds Captain Coyle.

The commander of 3 Wing and CFB Bagotville, Colonel Darcy Molstad, also personally congratulated Captain Coyle. "Congratulations on winning the title of the 'Best Overall Mission Commander' at Red Flag. It's a fantastic accomplishment and recognition of your dedication, professionalism and talent," Colonel Molstad wrote in an e-mail to the winner.

Captain Coyle is now back in the Netherlands where he is posted until 2018.



75^e

HÔTEL LE MONTAGNAIS
12 MAI 2017 1800H
35\$ | VIP 75\$

Pour information et billets: Capt. David Brosseau
david.brosseau@forces.gc.ca | 1-418-677-4000 ext 6425

Programme de conditionnement physique de la Défense

Cinq militaires atteignent le profil Platine

Cinq militaires de Bagotville ont atteint récemment le profil Platine selon le Programme de conditionnement physique de la Défense.

Afin de souligner cette performance exceptionnelle, la coordonnatrice du conditionnement physique de Bagotville, Claudie Descoteaux, a remis à chacun d'eux un certificat d'excellence. Le niveau Platine indique que le participant a enregistré un pointage égal ou supérieur à 99,9 % de la population militaire de son groupe d'âge du même sexe.

Les militaires qui maintiennent leur pointage l'année suivante peuvent ajouter un nouveau sceau platine à leur

certificat. Quatre militaires ont réalisé cet exploit depuis la mise en place du profil.

Rappelons que depuis plus d'un an maintenant, les militaires sont invités à suivre l'évolution de leur condition physique par l'intermédiaire du profil de condition physique en ligne sur le site www.cphysd.ca.

Un programme national de reconnaissance est actuellement en développement afin de souligner les efforts enregistrés par le Profil de condition physique, mais comme l'entrée en fonction du programme, prévue en avril, a été reportée, Mme Descoteaux a tenu à souligner localement la performance de ces militaires. « Le niveau platine est le plus haut qu'on peut atteindre et le maintenir n'est pas facile non plus. Je crois



Trois des militaires et trois membres de l'équipe PSP ayant atteint le profil Platine posent ici fièrement avec le certificat soulignant leur exploit. Dans l'ordre habituel : Mario Bouchard (second sceau), cpl Mathieu Castonguay, adj André Mimeault (second sceau), avr Sean Shuttleworth, Mathieu Girard et Vincent Dion.

qu'il est important de souligner ces performances exceptionnelles », explique-t-elle.

Le système de reconnaissance, qui entrera en vigueur

éventuellement, reconnaîtra aussi les niveaux bronze, argent et or. « En attendant la mise en place du programme national de reconnaissance, j'invite les membres à poursuivre leurs efforts et à

continuer à se dépasser afin d'obtenir un profil qui leur amènera automatiquement des résultats positifs sur leur santé, c'est ce qui compte le plus en fin de compte », conclut Mme Descoteaux.

Platinum Profile

Five soldiers from Bagotville recently reached the Platinum profile in the Defense Fitness Program.

Bagotville Fitness Coordinator Claudie Descoteaux gave each of them a certificate of excellence in recognition of their exceptional performances. Platinum indicates that the participant had a score equal to or greater than 99.9% of the military population in his or her same-sex age group.

Members who are able to maintain their scoring the next year may add a new platinum seal to their certificate. Four soldiers have achieved this feat since the profile was put in place.

Members have been able to follow their physical fitness profile online for over a year now at www.cphysd.ca.

The national recognition system that will eventually come into effect will also recognize the bronze, silver and gold levels.

MAI C'EST LE MOIS DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE!

Saisissez l'opportunité d'être accompagné dans votre processus de modification d'habitudes de vie entre le 1^{er} et le 31 mai 2017!

30 minutes par jour – De tout pour tous

Activité #1 – Camp d'entraînement physique et mental

Mise en forme et modification des habitudes de vie

- Entraînement de groupe 3 fois par semaine avec un entraîneur.
- Les fondations: 2 fois/semaine ateliers et surprises: nutrition, sommeil, force mentale, prévention des blessures
- Prise de poids et mesure de la circonférence de la taille
- Évaluation mouvements fonctionnels
- Remise d'un plan nutritionnel fourni par cphysd.ca
- Suivi post-entraînement pendant 3 mois
- Personnel militaire et civil

Lundi au vendredi de 11h45 à 12h15
Places limitées
Claudie Descoteaux #7544
+gymnase@gymnase@bagotville

Activité #2 – Défi podomètre

- Podomètre fourni (quantités limitées)
- Marche de lancement 1^{er} mai 2017
- Inscriptions en individuel ou en équipe de 5

Ouvert à tous! Podomètres limités.
(Vous pouvez utiliser les vôtres)

Line Frigon, #7102
promosante@forces.ca

Activité #3 – Entraînement de course

- Programme de 8 semaines
- Progressif et sécuritaire. Débutant-intermédiaire
- Militaires seulement.

Mardis et jeudis de 10h45 à 11h45
Sur inscription au poste #4253 ou
+gymnase@gymnase@bagotville

LA TRIADE SANTÉ

Mieux-être physique
Mieux-être nutritionnel
Mieux-être mental

Inscription avant le 28 avril 2017

Desjardins
Caisse des militaires

Mission de recrutement

Les FAC offrent 5 000 emplois cette année

L'objectif du Groupe de recrutement des Forces canadiennes cette année est d'enrôler 5 000 recrues dans la Force régulière.

Collaboration spéciale
Ltv Daniel Turcotte
CRFC Chicoutimi

Les centres de recrutement à travers le Canada comptent sur des équipes spécialisées dans le recrutement (commis, recruteurs et conseillers en carrière militaire) pour informer et inciter des Canadiens et des Canadiennes à opter pour une carrière dans les FAC ainsi que pour effectuer tout le processus de sélection jusqu'à l'enrôlement. Le recrutement doit aussi compter sur tous les membres des FAC qui ont un rôle important à jouer pour atteindre cet objectif.

En effet, selon des sondages

effectués par le Centre de recrutement des Forces canadiennes Québec, plus de 60 % des postulants mentionnent avoir obtenu leurs premières informations sur les FAC auprès de militaires et retraités des Forces. Nos militaires actifs sont donc tous de potentiels recruteurs des FAC et vous pouvez nous aider à atteindre notre objectif.

Comment? En discutant positivement de vos expériences et de votre travail dans les FAC auprès des membres de votre parenté, de vos amis et de vos connaissances.

Pour ceux et celles qui démontrent un intérêt pour une carrière militaire, vous pouvez les aiguiller vers le Centre de recrutement des Forces canadiennes de Chicoutimi (info.chicoutimi@forces.gc.ca ou 418-698-5710), qui offre

des séances d'information en groupe, les jeudis à 13 h 30 et les vendredis à 10 h, au 345 des Saguenéens à Chicoutimi. Si vous voulez jouer un rôle actif dans les activités de recrutement, vous pouvez vous inscrire sur le site Recruteur d'un jour <https://rfd.forces.ca/fr>. Selon votre profil et l'information que vous fournirez sur le type d'activités qui vous intéressent, vous pourriez être sélectionné pour participer à une activité de recrutement, avec l'autorisation de votre chaîne de commandement.

Le domaine du recrutement des ressources humaines est un milieu très compétitif. Le Groupe de recrutement innove constamment pour informer les Canadiens et Canadiennes afin de leur permettre d'avoir l'option des FAC dans leurs choix ou leurs réorientations de carrière. Les médias sociaux sont entre autres de plus en plus utilisés. Il n'en demeure pas

moins que le bouche-à-oreille effectué par les membres des FAC reste un moyen efficace pour atteindre notre clientèle.

Recruitment Mission

This year, the Canadian Forces Recruiting Group is hoping to recruit 5000 regular force members.

Recruitment centers across Canada rely on recruiting teams and believe that all CAF members have an important role to play in achieving this goal.

According to surveys conducted by the Canadian Forces Recruiting Center in Québec, more than 60% of the applicants mention that they obtained their first information about the CAF from military and retired Forces.

Our active soldiers are all potential CAF recruiters;

you can help us reach our goal.

How? By positively discussing your experiences working for the CAF with your relatives, friends and acquaintances. You can refer those interested in a military career to the Canadian Forces Recruiting Center in Chicoutimi (info.chicoutimi@forces.gc.ca or 418-698-5710).

Please register on the Recruiter site at rfd.forces.ca if you wish to play an active role in recruiting and you may even be selected to participate in a recruitment activity; with the permission from your chain of command of course.



Loisirs PSP, BFC Bagotville

Camp d'été PSP Enfants de 5 à 12 ans

(Camp en langue française)

du 27 juin au 11 août (7 semaines d'activités)

Inscription sur place seulement
le mercredi 3 mai

à l'entrée principale du Centre communautaire
de 7 h 30 à 16 h

Afin de diminuer le temps d'attente
Imprimez le document et remplissez-le d'avance
(Voir site intranet de la Base sous : Formulaire d'inscription Camp d'été PSP)

Apportez la carte d'assurance maladie de l'enfant

Paiement obligatoire lors de l'inscription
en argent comptant, par délégation de solde ou par chèque.

Tarifications

Inscrivez votre enfant pour l'été, c'est plus avantageux.
Plus besoin de vous inquiéter, il a sa place quand il veut.

7 semaines d'activités : 600\$ tx incluses (revient à 85,71 \$/sem)
5 semaines d'activités : 585 \$ tx incluses
4 semaines d'activités : 475 \$ tx incluses
ou
120 \$ par semaine tx incluses

Pour infos : Claire Deschênes, Gestionnaire des Loisirs PSP
(418) 677-4000 poste 7581



#RBQ 8271-8974-17

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

Les 10, 11 et 12 mai prochains

Préparez une seconde carrière

Quels que soient les plans de chacun, le retour à la vie civile se planifie. Afin d'aider les membres qui sont sur le point d'être libérés des Forces Armées Canadiennes, le bureau de l'Officier de sélection du personnel offrira les 10, 11 et 12 mai prochains un colloque du Service de Préparation à une Seconde Carrière (SPSC).

Mieux connu sous l'acronyme anglais de SCAN, ce colloque permet de répondre aux questions des membres sur les bénéfices et les procédures administratives liés à la libération.

Il y sera, entre autres, question de la planification financière, des services juridiques, des services offerts post libération ainsi

que ceux offerts par les anciens combattants. Vous pouvez vous inscrire au SCAN général du 10 et 11 mai offert pour tous les types de libération et/ou au SCAN médical qui aura lieu le 12 mai.

Les personnes intéressées par cette rencontre d'informations doivent s'inscrire en téléphonant au bureau de l'officier de sélection du personnel au poste 7850.

Vous devez avoir l'autorisation de votre chaîne de commandement pour vous y inscrire. Les conjoints et conjointes sont également les bienvenus lors de cette activité.

Pour plus d'informations, veuillez contacter l'adjointe administrative de l'OSP au poste 7850.

**This seminar is only offered in French*



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

1551, boul. St-Paul, Chicoutimi

549-9775

OUVERT DE 8 H À 18 H TOUS LES JOURS EN SEMAINE
ET LE SAMEDI JUSQU'À 12 H.

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.

LIGUE INTERSECTION HOCKEY BALLE 2017 INTERSECTION LEAGUE BALL HOCKEY 2017

Début de la saison :
Mi-Avril

Nous avons besoin de joueur afin de compléter des équipes

Pour vous inscrire, contactez le coordonnateur des sports Stéphane Lavoie au poste 7253.

Beginning of the season :
Mid-April

We need players to complete teams

To register, contact the sports coordinator, Stéphane Lavoie ext 7253



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.



Ici, pour vous.™



¹Les 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. ²Une 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. ³L'octroi de crédit et le montant que vous pouvez emprunter sont assujettis aux critères habituels de BMO. ⁴Certaines conditions s'appliquent. Ces offres spéciales ne sont pas valides pour l'hypothèque fûtée BMO à taux fixe de 5 ans ou 10 ans, ou pour la MargExpress sur valeur domiciliaire^{MD}. ⁵Aucuns 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.

Collaboration entre l'armée et l'aviation

Dans le cadre de l'exercice Phoenix Ghost 17, les membres de l'Élément de soutien opérationnel (ESO) du 2^e Escadron expéditionnaire aérien (2 EEA) se sont déployés à la BFC Valcartier du 27 au 31 mars. Cet exercice a permis aux membres de la 2^e Escadre d'effectuer des opérations simulées en prévision d'un éventuel déploiement conjoint avec l'Armée canadienne.

Collaboration spéciale
Capt Eric Duquette
 Plans et entraînement, ESO

Les membres de l'ESO se sont familiarisés avec le processus de reconnaissance d'aéroport en effectuant deux reconnaissances : une à l'aéroport régional de Charlevoix et une à l'aéroport international Jean-Lesage de Québec. Cet entraînement avait pour but de développer les compétences requises afin de pouvoir effectuer les tâches inhérentes de

façon efficace dans un contexte réel lors d'un potentiel déploiement expéditionnaire. Afin d'augmenter le niveau de réalisme, le scénario a été basé sur le plan de contingence ANGLE au cours duquel l'ESO devait apporter son soutien à un détachement de CC130J Hercules.

Afin de favoriser l'intégration de la 2^e Escadre aux opérations terrestres, l'ESO a participé à plusieurs visites d'unités de la base de Valcartier. La visite du 5^e GBMC a permis de bien comprendre le contrôle des espaces de batailles grâce à une présentation sur l'élément de contrôle aérien tactique.

Le processus de la gestion de l'information fut expliqué aux membres de l'ESO par la cellule ISTAR du 5^e RALC. Comprendre ce processus est crucial pour augmenter la conscience situationnelle des opérations interarmées lors de déploiements.



Au cours de l'exercice Phoenix Ghost, les membres de l'Élément de soutien opérationnel se sont, entre autres, familiarisés avec l'utilisation de drones au cours de différentes opérations.

Exercice Phoenix Ghost 17

As part of Exercise Phoenix Ghost 17, members of Operational Support Elements (OSE) from 2 Air Expeditionary Squadron (2 AES) deployed to CFB Valcartier from March 27st to the 31st, 2017. This exercise allowed Members of 2 Wing to conduct simulated operations in order to prepare for possible future deployments with Canadian Army resources.

OSE members were introduced to the airport recognition process by conducting two reconnaissance trips to Charlevoix Regional Airport and Jean Lesage International Airport in Quebec City.

In order to facilitate the integration of 2 Wing into ground operations, OSE par-

ticipated in several visits to the Valcartier base, which will in turn help 2 Wing to improve its future support.

Finally, members of 2 Wing also participated in the 8th Quebec City International University-Defence Conference of the Institut Militaire de Québec (IMQ) titled "The Gray Zone: The Military Faced with Multi-faceted Security".

This event, held annually and co-organized with the Institute for Advanced International Studies and the Centre de la Sécurité Internationale (CSI) at Laval University, discusses topics such as hybrid warfare, cyber security and national intelligence management from Canada's perspective on security, strategists and allies.

L'équipe de l'ESO s'est également familiarisée avec l'interopérabilité par les forces aériennes et terrestres du drone RAVEN-B. Cet outil offre de nouvelles capacités de collecte d'information indispensable pour le centre des opérations expéditionnaires.

Une visite du détachement de l'aviation tactique (430 ETAH) a permis au groupe d'approfondir sa compréhension de leurs opérations, ce qui permettra à la 2^e Escadre d'améliorer son soutien lors d'une prochaine mission.

Les membres de la 2^e Escadre ont participé à la 8^e rencontre internationale université-défense de Québec ayant pour titre : « La zone grise : le militaire face à la sécurité multiforme ». Ce colloque organisé par l'Institut militaire de Québec et le Centre sur la sécurité internationale des Hautes études internationales de l'Université Laval, traitait de sujets tels que la guerre hybride, le cyber sécurité et la gestion du renseignement au niveau national, et ce, de points de vue distincts des responsables de la sécurité, des stratèges et des alliés du Canada.

Cette semaine remplie de formations professionnelles et techniques a permis aux membres de l'ESO d'approfondir leurs connaissances interarmées, afin de mieux soutenir les opérations aériennes expéditionnaires futures.

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

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

La
parole
aux aumôniers



Les saisons nous permettent de mieux comprendre notre vie spirituelle, parce qu'elles sont à l'image de notre chemin de vie qui traverse les mêmes mutations. Le printemps nous renvoie à Pâques, qui est, pour les chrétiens, la plus grande fête de l'année. C'est la fête de la vie, du renouveau et de la joie. Pâques signifie la **victoire de l'Amour** sur la mort, ce qu'on appelle la résurrection.

Pour que le printemps du monde arrive, « *Ce que je vous commande, c'est de vous aimer les uns les autres... (Jn 15 :12)* ». De nos pires faiblesses, c'est celle de manquer à l'amour! Manquer à l'amour c'est comme manquer sa cible et heureusement tant qu'il y a de la vie, il y a des munitions... Reconnaissons que l'appel à l'amour est la plus grande de toutes les missions; reconnaître que si l'amour manque, plus rien ne pousse, plus rien n'a de sens et que plusieurs mourront de froid en hiver. C'est l'amour de soi et l'amour du prochain qui font grandir une société, qui apportent la vie, le renouveau et la joie de vivre du printemps.

« *Si je n'ai pas d'amour, cela ne me sert à rien (1 Corinthiens 13 :3)* ». Toutes les victoires ne me servent à rien si à la fin, lorsque je regarde mon butin, aucun fruit d'amour ne pousse. Soyons ce que nous devons être! C'est-à-dire de vivre et de partager cet amour. Démontrons que malgré l'hiver, que même sur un terrain hostile, qu'au travers des roches et sur la terre parfois aride, on peut se battre et porter, en temps opportun, des fruits! Et que même si l'hiver est plus long, même si l'on reconnaît avoir raté sa cible à plusieurs reprises, on n'abandonnera pas la mission...

La fête de Pâques, comme le printemps, ouvre une tout autre perspective sur la vie et sur la mort. La mort, ce n'est pas la fin de tout. Elle est le passage vers une vie différente et cela donne un sens non seulement à la mort, mais aussi à ce que nous vivons tous les jours ici-bas dès maintenant.

La résurrection du Christ, la victoire de l'Amour, nous redonne le courage et nous incite à nous engager maintenant sans avoir peur de la guerre, de la mort, du mal et de la souffrance. Pas que nous ignorons tout cela, mais nous refusons de croire que ce mal aura le dernier mot, et nous faisons tout pour qu'il soit vaincu et laisser la place au printemps de Dieu, c'est-à-dire à l'Amour.

Je vous invite tous à vivre un temps de réflexion et de ressourcement intérieur sous la forme d'une méditation pour le Vendredi saint, le 14 avril à 14 h 15 à la chapelle.

Padre Beauchemin



Votre engagement mérite une récompense.

Le GLA 2017 combine la polyvalence d'un authentique VUS à un style épuré. Économisez jusqu'à 1 500 \$, en plus des offres déjà en vigueur, et laissez votre prochaine aventure vous transporter. Pour en savoir plus sur les incitatifs de ventes aux entreprises de Mercedes-Benz Canada, visitez mercedes-benz.ca/caf

Mercedes-Benz est fière d'appuyer la communauté des Forces armées canadiennes. Merci pour votre engagement.



Mercedes-Benz

© Mercedes-Benz Canada Inc., 2017



**LA JOURNÉE DU CINÉMA CANADIEN
GRANDE CÉLÉBRATION EN L'HONNEUR
DES 150 ANS DU CANADA**

Le 19 avril, REEL CANADA et Québec Cinéma s'unissent pour célébrer notre cinéma aux quatre coins du pays en offrant aux membres des FAC la possibilité de visionner **gratuitement** le film...

**LE CHEMIN DU COMBAT
(version française de HYENA ROAD)**

Au cœur de l'Afghanistan, trois hommes très différents issus de trois mondes distincts sont forcés d'unir leurs efforts pour sortir d'une situation périlleuse. Mais dans un contexte de moralité fluide où les apparences sont souvent trompeuses, ils découvriront un danger qui pourrait les détruire. Fondé sur des faits vécus par de vrais soldats. Avec Rossif Sutherland, Paul Gross, Allan Hawco
14 ans & plus, violence, durée 2 heures

Version française
À l'Auditorium du Centre récréatif
Mercredi 19 avril à 18 h

English version
Auditorium, Centre récréatif
Wednesday, April 19th
8:30 PM

La section des loisirs PSP désire vous faire bénéficier de cette journée spéciale. Passez au CANEX vous acheter quelques petites gâteries et venez voir ce magnifique film qui s'avère l'un des meilleurs films de l'année!

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**

Évacuation médicale d'urgence

La vie d'un patient sauvée

Le mercredi 5 avril, l'Escadron 439 a reçu un appel du Centre conjoint de coordination des opérations de sauvetage de Trenton demandant un équipage pour pouvoir évacuer un patient malade à 120 miles nautiques de Roberval.

Le patient avait besoin d'un haut niveau de soins qui n'était pas disponible localement et sa condition se détériorait assez rapidement. Heureusement, un équipage composé de deux pilotes, d'un ingénieur de bord et d'un technicien de recherche et sauvetage ont accepté la mission.

L'équipage était en vol et en route vers le patient 20 minutes après avoir reçu l'appel et a dû faire face immédiatement à des conditions météorologiques très difficiles. Malgré tout, l'équipage est



PHOTO D'ARCHIVES ESC 439

Malgré des conditions météo difficiles, l'équipage de l'Escadron 439 est arrivé auprès du patient moins de 90 minutes après son départ de Bagotville.

arrivé sur place moins de 90 minutes plus tard.

Le patient fut placé dans l'aéronef avec deux infirmières qui ont travaillé avec le technicien de recherche et sauvetage durant la mission. À l'aéroport de Roberval, il

a été accueilli par une ambulance qui l'a transporté à l'hôpital afin de poursuivre le traitement.

La mission a été un succès malgré les défis considérables occasionnés par la température médiocre et la loca-

lisation du patient. Il s'agissait d'une première mission de sauvetage pour deux des membres de l'équipage, le caporal Sébastien Durand (ingénieur de bord) et le capitaine Chris Gallinger

(pilote). Grâce au professionnalisme et au travail conjoint de toute l'équipe, cette histoire s'est bien terminée pour le patient à qui ce transport a sans aucun doute sauvé la vie.

439 Sqn Tasked for Medevac

Wednesday, April the 5th 439 Sqn received a call from Joint Rescue Coordination Center in Trenton tasking them to provide a crew in order to evacuate a critically ill patient 120 NM from Roberval. The patient required higher care than was not available at their location and their condition was rapidly deteriorating.

The crew was airborne and enroute to the patient within 20 minutes of receiving the tasking and was immediately

faced with challenging weather conditions. Despite the weather, the crew arrived on scene less than 90 minutes later and the SAR Tech immediately went to work preparing the patient for transfer.

The mission marked the first rescue for two members of the crew, Cpl Sebastian Durand (Flight Engineer) and Capt Chris Gallinger (Pilot). Thanks to the professionalism and teamwork certainly saved the patient life.

LE CENTRE FINANCIER ADAPTÉ À LA RÉALITÉ MILITAIRE



Desjardins
Caisse des militaires

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

AVIS DE CONVOCATION

Aux membres de la Caisse Desjardins des militaires

Vous êtes, par la présente, convoqués à l'assemblée générale annuelle qui aura lieu :

Date : le 27 avril 2017

Heure : 19 h

Endroits : Centre de services Région de Québec
Centre de la famille Valcartier, Bâtisse 93, Local 211

Centre de services Région de Montréal
Garnison Saint-Jean, Salle B-163

Centre de services Région du Saguenay-Lac-Saint-Jean
Salle Polyvalente, Édifice 71

Centre de services Région de l'Outaouais
259, boul. Saint-Joseph, Bureau 303, 3^e étage

Les membres pourront prendre connaissance du rapport annuel et du rapport du conseil de surveillance, décider de la répartition des excédents annuels, de l'intérêt payable sur les parts permanentes, élire les membres du conseil d'administration et du conseil de surveillance et traiter de tout autre sujet inscrit à l'ordre du jour. Deux périodes de questions sont également prévues, l'une destinée au conseil d'administration et l'autre destinée au conseil de surveillance.

ÉLECTIONS

Veillez noter que, lors des élections, est éligible toute personne physique qui est membre de plein droit de la Caisse, pourvu qu'elle soit admise depuis au moins 90 jours, qu'elle ne soit pas inéligible en vertu de la *Loi sur les coopératives de services financiers* et qu'elle n'exerce pas une fonction incompatible en vertu du Code de déontologie de Desjardins. Tout candidat devra consentir par écrit à une enquête de sécurité et de crédit le concernant et devra s'engager à développer les connaissances et compétences requises à l'exercice de la fonction de dirigeant. Une candidature ne pourra être soumise à l'assemblée que si un avis écrit, signé par un membre et contresigné par le candidat, a été remis avant la fermeture de la Caisse le 21 avril 2017 à 15 h. Des bulletins de mise en candidature sont disponibles à la Caisse.

LES DIRIGEANTS SORTANTS ET RÉÉLIGIBLES SONT :

Au conseil d'administration

M^{me} Annick Chantal
M. Steve Charpentier
M. Jocelyn Cousineau

M. François Couture
M. Daniel Stocker

Au conseil de surveillance

M. Roger Dahl
M. Gaétan Lortie

Tous les membres de la Caisse sont cordialement invités à participer à cette assemblée.

Signé le 27 février 2017

Annick Chantal
Secrétaire

SURVOI

L'ACTUALITÉ EN



PHOTO : IMAGERIE CPL CHABOT



COLIBRI DU TRIMESTRE

La sergent Maryse Dufour, du 3^e Escadron de maintenance de Bagotville (3 EMA), reçoit des mains de Mme Darquise Lalancette, représentante de la caisse Desjardins de militaires, un chèque de 100 \$ à titre de Colibri du trimestre. Cet honneur lui a été décerné pour sa contribution exceptionnelle à la création du nouveau système de suivi des documents liés à la maintenance de la flotte de l'ARC (MAP Flotte AF9000).



DÉPLOIEMENT

Les membres de l'Escadron 433 ont profité de leur passage à Homestead, en Floride, en février dernier, pour déployer sur le tarmac leur tout nouveau drapeau géant.

TRÈS FROID!

Entre le 10 février et 17 mars, sept membres de l'Escadron de génie de construction de la 3^e Escadre ont participé à l'opération Nunaliivut. Ils ont érigé et maintenu un camp pour 200 personnes à Hall Beach, NU. Avec une température ambiante moyenne sous les -40 °C sans compter l'impact de l'humidité avoisinant parfois 80 % et des vents importants, ils méritent ce petit clin d'oeil!



PHOTO : IMAGERIE CPLC PICARD

EXEMPLE DE LEADERSHIP

Le commandant Molstad est l'un des cinq militaires à avoir atteint le profil Platine du Programme de conditionnement physique de la Défense. Un bel exemple de leadership!



PHOTO : IMAGERIE CPL CHABOT

FIN DES TRAVAUX

Le 7 avril dernier, le colonel Darcy Molstad, accompagné de l'adjudant-chef Marc Coriveau, a visité la centrale thermique de Bagotville afin de constater l'ampleur des travaux réalisés au cours de la dernière année. L'équipe de commandement a fait le tour des lieux avec le major Carl Gravel, chef des infrastructures de la BFC Bagotville.



L'OR DEUX FOIS

La lieutenant-colonel Karen Mamo, rattachée au Centre de guerre aérospatial des Forces canadiennes en poste à Bagotville, a décroché deux médailles d'or en ski, lors du Championnat des maîtres à Stoneham les 18 et 19 mars derniers. Entraîneuse pour le groupe U10 du Club de compétition du Mont-Édouard, Mme Mamo a terminé première chez les dames au slalom géant le samedi et répété l'exploit lors du slalom le dimanche.

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

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

nolicamlocation.com

418 545-4444
1 800 223-5292

Opéré par >
NOLICAM

418 699-0920
2353, boulevard du Royaume, Jonquière

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

© 2017 NOLICAM

HOCKEY BALLE FÉMININ
Équipe représentative - Saison
2017

ENTRAÎNEMENT

Lundi et jeudi à 14 h à l'aréna

GÉRANTE DE L'ÉQUIPE

Cplc Isabelle Patenaude-Lemieux



WOMEN BALL HOCKEY
Base Team -Season 2017

PRACTICES

Monday and Thursday at 2 p.m.
at the arena

TEAM MANAGER

Mcpl Isabelle Patenaude-Lemieux

Information & inscription
Stéphane Lavoie (poste 7253)

HOCKEY BALLE MASCULIN
Équipe représentative - Saison
2017

ENTRAÎNEMENT

Mercredi à 14 h à l'aréna

GÉRANTE DE L'ÉQUIPE

Cpl Théodore Vanhoutte



WOMEN BALL HOCKEY
Base Team -Season 2017

PRACTICES

Wednesday at 2 p.m. at the arena

TEAM MANAGER

Cpl Théodore Vanhoutte

Information & inscription
Stéphane Lavoie (poste 7253)



La marche et ses bienfaits

Avec le printemps qui arrive (bientôt!), il est intéressant de considérer la marche comme un exercice apportant de grands bienfaits, tant physiques que psychologiques, tout en étant accessible et gratuit.

La marche régulière (cinq fois par semaine, pendant au moins 30 minutes) amène une amélioration de la condition physique, en augmentant la capacité aérobie et la fonction cardiorespiratoire. La marche améliore aussi la santé globale en réduisant les risques de plusieurs maladies chroniques, en atténuant l'arthrose et les maux de dos et en réduisant les risques de blessures (les os étant plus solides et les muscles plus flexibles).

La marche permet un meilleur contrôle du poids, en nous faisant dépenser des calories. Une marche de 30 minutes cinq fois par semaine amène une dépense équivalant à 11 livres pendant un an.

La marche, surtout en bonne compagnie et dans un endroit agréable, contribue à réduire la dépression et l'anxiété.

En terminant, quelques conseils :

- Au début, vous ne ferez peut-être que de courtes distances, mais si vous persévérez, vous pourrez rapidement en faire plus.
- Il est préférable de marcher tous les jours, car les bienfaits sont cumulatifs.
- Ralentissez si la respiration devient difficile; il vaut mieux marcher un peu trop lentement qu'un peu trop vite.
- Si vous ressentez de l'inconfort ou de la douleur, arrêtez-vous.

Bonne marche!

L'équipe de Promotion de la santé

Source : Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail
<http://www.cchst.ca/oshanswers/psychosocial/walking.html>



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 cd

Sales Representative

Dir: 613-218-6714

Off: 613-695-2525

Email: JoesHomes@me.com

Web: SalazarProperties.ca



CALENDRIER DES ACTIVITÉS

Avril 2017

PROMOTION DE LA SANTÉ

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

Drogues, alcool et jeu
Superviseurs (1,5 jours)

10 avril de 8 h à 16 h **et**

11 avril de 8 h à 12 h

OU

27 avril de 8 h à 16 h **et**

28 avril de 8 h à 12 h

Inter-Comm

(4 ateliers de 3 heures)

mercredis, 5, 12, 19 **et**

26 avril de 8 h 30-11 h 30

Jeu excessif et jeu électronique

6 avril de 13 h à 15 h

Toxicomanies 101

7 avril de 9 h à 12 h **OU**

21 avril de 9h à 12 h

Gestion du stress

20 avril de 13 h à 16 h

Mental Fitness and Suicide

Awareness

April 27 8:00-4:00

Mai c'est le mois de l'activité physique: Défi podomètre du 1^{er} au 31 mai

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

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



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



avril — mai 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>Ne manquez pas le Brunch reconnaissance des bénévoles du CRFM le 29 avril!</i></p>				<p>13 P.D. Day Riverside : sortie cabane à sucre Parents-enfants: cabane à sucre Teen Town: Sports PSP</p>	<p>14 Vendredi saint CRFM FERMÉ Teen Town: soirée au salon de quille</p>	<p>15 <i>Répit-déploiement (possible) de 12 h 30 à 15 h 30</i> Teen Town: Sabotage! de 13 h à 16 h / bricolage entre filles de 18 h à 21 h</p>
<p>16</p>	<p>17 Lundi de Pâques CRFM FERMÉ</p>	<p>18 <i>Les Croquignoles</i> Draco</p>	<p>19 The Bears Parents-enfants: gymnase Atelier Inter-comm Teen Town: Allons au gymnase</p>	<p>20 <i>Les Croquignoles</i> Parents-enfants: bricolage The Bears Teen Town: on joue à Bang</p>	<p>21 Café du vendredi matin Parents-enfants: jeux libres The Bears Teen Town: si on mangeait des crêpes?</p>	<p>22 Soirée reconnaissance des conjointes et conjoints Teen Town: activités libres de 13 h à 16 h et marche au parc Mars de 18 h à 21 h</p>
<p>23</p>	<p>24 The Bears</p>	<p>25 <i>Les Croquignoles</i></p>	<p>26 Parents-enfants: l'heure du conte The Bears Atelier Inter-comm Teen Town: activités libres</p>	<p>27 Parents-enfants: gymnase <i>Les Croquignoles</i> Teen Town: sports PSP</p>	<p>28 Parents-enfants: bricolage Teen Town: mission: faire le plan de la nouvelle table et une liste de matériaux</p>	<p>29 Brunch reconnaissance des bénévoles du CRFM Teen Town: on achète les matériaux de 12 h à 17 h et on construit la table de 18 h à 21 h</p>
<p><i>Semaine de l'action bénévole</i></p>						
<p>30</p>	<p>1^{er} mai The Bears</p>	<p>2 <i>Les Croquignoles</i></p>	<p>3 Teen Town: à confirmer</p>	<p>4 <i>Les Croquignoles</i> Parents-enfants: à venir Teen Town à confirmer</p>	<p>5 Teen Town: à confirmer</p>	<p>6 Fête des bébés Teen Town: à confirmer</p>
<p>7</p>	<p>8 The Bears</p>	<p>9 <i>Les Croquignoles</i></p>	<p>10 The Bears Teen Town: à déterminer</p>	<p>11 <i>Les Croquignoles</i> Teen Town: à déterminer</p>	<p>12 Teen Town: à déterminer</p>	<p>13 Teen Town: à déterminer</p>



Vente de Garage

GARAGE SALE

Samedi 3 juin 2017 de 9 h à 13 h

NOUVEAUTÉS : située sur le stationnement de l'aréna de la base (en cas de pluie : dans l'aréna). Les petites entreprises et les artisans sont les bienvenus (réservations sous approbation).

Réservez votre table dès maintenant au cout de 10 \$. Maximum deux tables par personnes. Nombre de tables limité. Réservation et paiement obligatoires **avant le 26 mai 2017 à 16 h**. Pour de plus amples renseignements, veuillez téléphoner au CRFM en composant le 418 677-7468.

Saturday, June 3, 2017 from 9:00 a.m. to 1:00 p.m.

NEW FEATURES: In the Base's arena parking lot (in case of rain: in the Base's arena). Small businesses and artisans are welcome (reservations are subject to approval).

Reserve your table now for a \$10 fee. Maximum 2 tables per person. Number of tables limited. Reservation and payment are mandatory **before May 26, 2017 at 4:00 p.m.** Please call the MFRC by dialing 418 677-7468 for further information.

*Collecte de fonds
POUR LES ACTIVITÉS
À VENIR DU CRFM!*

*Fundraising event
FOR UPCOMING
MFRC ACTIVITIES!*





Numéros importants — Important 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

VOTRE LIEN PRIVILÉGIÉ

YOUR PERSONAL CONNECTION

... POUR VOS ASSURANCES AUTO
ET HABITATION

... TO HOME AND AUTO
INSURANCE



DES ASSURANCES AUTO ET HABITATION EXCLUSIVES À LA COMMUNAUTÉ DES FAC ET DU MDN

En tant que membre des FAC ou du MDN, vous pourriez économiser jusqu'à **30 %** sur vos assurances auto et habitation, en plus d'obtenir des **tarifs de groupe exclusifs**¹.

Assurance locataire pour militaires

Protection pour votre équipement militaire

Protection pour vos biens personnels lors
de vos déploiements

Une assurance qui voyage avec vous²



EXCLUSIVE HOME AND AUTO INSURANCE FOR THE CAF AND DND COMMUNITY

As a member of the CAF or DND community, you could save up to **30%** on home and auto insurance in addition to your **exclusive group rates**.¹

Military Renter's Policy

Military Kit Coverage

Coverage for personal belongings
while on deployment

Insurance that travels with you²

Demandez une soumission et économisez!

▶ 1 888 476-8737

▶ canex.lapersonnelle.com



Get a quote today and save!

▶ 1-888-476-8737

▶ canex.thepersonal.com

Certaines conditions, exclusions et limitations peuvent s'appliquer. La Personnelle désigne La Personnelle, assurances générales inc. au Québec et La Personnelle, compagnie d'assurances dans les autres provinces et territoires.

1. Le montant de l'économie n'est pas garanti et varie selon le profil d'assurance de chaque client.
2. Si vous êtes relocalisé au Manitoba, en Saskatchewan ou en Colombie-Britannique, votre assurance auto ne peut pas être transférée. L'assurance auto n'est pas offerte au Manitoba, en Saskatchewan ni en Colombie-Britannique, où il existe des régimes d'assurance gouvernementaux.

Certain conditions, limitations and exclusions may apply. The Personal refers to The Personal General Insurance Inc. in Quebec and The Personal Insurance Company in all other provinces and territories.

1. Savings amounts are not guaranteed and will vary depending upon your underwriting information.
2. Should you relocate to Manitoba, Saskatchewan or British Columbia your auto insurance cannot be transferred. Auto Insurance is not available in Manitoba, Saskatchewan and British Columbia due to government-run plans.



laPersonnelle

Assureur de groupe auto et habitation

La bonne combinaison.



thePersonal

Home and Auto Group Insurer

The right fit.