

Volume 68 Numéro 22 | 5 jun 2023

LOOKOUT

newspaper.com

NOUVELLES MORAL ET BIEN-ÊTRE | BFC ESQUIMALT, CB

f LookoutNewspaperNavyNews @Lookout_news LookoutNavyNews

Buying or Selling?

I can help!

**CHRIS
ESBATI**

Knowledgeable Trustworthy
Dedicated

RE/MAX
CAMOSUN

250.744.3301
chris@victoriaforsale.ca

victoriaforsale.ca



Mise à niveau DE LA LUTTE CONTRE L'INCENDIE



Le matelot de première classe Thomas Dalziel, plongeur chargé de l'inspection des ports à l'unité de plongée de la flotte (Pacifique), suit une formation de remise à niveau en matière de lutte contre les incendies à l'école de contrôle des dommages de Colwood, dans le cadre du programme de formation à l'environnement de la marine.

Photo de l'unité de plongée de la flotte (Pacifique) : Unité de plongée de la flotte (Pacifique)

**We proudly serve the
Canadian Forces Community**

As a military family we understand your cleaning needs during ongoing service, deployment and relocation.



(250) 744-3427
paula.whitehorn@mollymaid.ca

Your Relocation Specialists



Mike Hartshorne Personal Real Estate Corporation, Jenn Raappana Personal Real Estate Corporation, Sarah Williamson, Rhys Duch & Kerry Marshall of Royal LePage Coast Capital Realty



south island
HOME TEAM



250-474-4800
SouthIslandHomeTeam.com
Ask about our Military Client Cash Bonus.



ISLAND OWNED AND OPERATED
SINCE 1984.

**VIEW OUR FLYER
IN THIS PAPER WEEKLY!**

FIERTÉ de JUIN 2023



Des drapeaux de la Fierté et des drapeaux canadiens flottent au vent près de la baie English dans le quartier West End de Vancouver. Photo d'archive

Le MDN attribue la Citation de la fierté canadienne

Défense nationale

Défense nationale / Forces armées canadiennes

Le ministère de la Défense nationale (MDN) et les Forces armées canadiennes (FAC) ont rendu hommage aux survivants de la purge LGBT en organisant des cérémonies de citation de la fierté canadienne dans tout le Canada.

En avril, le MDN et les FAC ont commencé à organiser des cérémonies régionales pour remettre la Citation de la fierté canadienne aux militaires et anciens militaires admissibles, tels que définis dans l'entente de règlement final du recours collectif Ross, Roy, Satalic, également connu sous le nom de recours collectif contre la purge des LGBT.

"Les survivants de la purge LGBT et leurs familles réclament justice depuis longtemps. Les cérémonies de remise des citations de la Fierté canadienne ont été importantes et utiles dans notre cheminement vers la guérison", a déclaré Michelle Douglas, directrice exécutive du LGBT Purge Fund et survivante de la purge. "Nous porterons nos citations avec fierté au fur et à mesure que nous avancerons.

Au total, 19 cérémonies ont eu lieu dans 12 villes du pays. La première cérémonie a eu lieu à Ottawa le 3 avril et la

dernière à Québec le 18 mai. Pour recevoir la Citation de la fierté canadienne, une personne doit être un membre du groupe tel que défini dans l'entente de règlement final du recours collectif Ross, Roy, Satalic, également connu sous le nom de recours collectif de la purge LGBT.

Le certificat de la Citation de la fierté canadienne est signé par le chef d'état-major de la Défense, le commissaire de la Gendarmerie royale du Canada ou le greffier du Conseil privé.

"Même si nous ne pourrions jamais effacer la douleur causée par la purge LGBT, la Citation de la fierté canadienne est l'occasion de reconnaître le préjudice subi par les membres actuels et anciens des Forces armées canadiennes", a déclaré le général Wayne Eyre, chef d'état-major de la Défense. "Vous avez ouvert la voie à une nouvelle génération et, ce faisant, vous avez donné l'exemple du service à votre pays.

Des efforts ont été déployés pour contacter toutes les personnes qui ont demandé à participer à une cérémonie de remise en personne. Ceux qui ont demandé à recevoir leur Citation de la fierté canadienne en personne ont reçu un insigne, une épinglette et un certificat de récompense

signé par le chef d'état-major de la Défense. En raison des retards occasionnés par la pandémie de COVID-19, un certificat de la Citation de la fierté canadienne a été envoyé par la poste en 2020 à tous les récipiendaires admissibles, y compris ceux qui ont demandé à assister à une cérémonie en personne, afin qu'ils puissent recevoir leur insigne, leur épinglette et leur citation le plus tôt possible. Les personnes qui estiment avoir été oubliées sont invitées à contacter le ministère de la Défense nationale.

"Nous avons le devoir solennel de veiller à ce que tous se souviennent de vos expériences et de l'histoire de la purge des LGBT, et il est de la plus haute importance que nous encourageons la guérison et la réconciliation dans la mesure du possible", a déclaré le général Eyre.

La Citation de la fierté canadienne est l'une des mesures prises par le gouvernement du Canada pour remédier aux injustices historiques subies par les militaires LGBT, les membres de la Gendarmerie royale du Canada (GRC) et les fonctionnaires fédéraux. Elle représente une mesure individuelle de réconciliation et de reconnaissance, ainsi qu'une étape importante dans le cheminement collectif du Canada vers la compréhension et la commémoration.



Eric Coching
Broker/Owner | 250-217-2326
ecoching@shaw.ca

The MORTGAGE Centre

COCHING MORTGAGE CORP.

Finding the right home is hard. Finding the right mortgage is easy.

Phone 250-391-6191 • Fax 250-391-6192

103-719 McCallum Road, Victoria, B.C. V9B 6A2

CONVENIENT LOCATION ACROSS FROM HOME DEPOT BELOW COSTCO

Thinking about
consolidating
consumer debt?

Give us a call for current rates
and options!

Rates subject to change without notice

Le NCSM Edmonton joint l'utile à l'agréable le travail et le plaisir lors de l'opération Caribbe

À l'affût des
HÉROS

Capt Chelsea Dubeau
OAP DES FMAR(P)

Le NCSM Edmonton a effectué des exercices maritimes de plusieurs jours alors qu'il était déployé dans le cadre de l'opération Caribbe en mars, dans le cadre de l'Initiative de sécurité maritime de l'Amérique du Nord (NAMSI).

Les exercices comprenaient un exercice d'interdiction coordonné auquel participaient des navires, des aéronefs et du personnel de la Marine royale du Canada (MRC), de la Marine mexicaine, de la Marine des États-Unis et de la Garde côtière des États-Unis.

"C'est l'occasion de rencontrer d'autres marines et d'instaurer un climat de confiance", a déclaré le capitaine de corvette Tyler Smith, commandant de l'escadre d'Edmonton. "On se rend compte de tout ce que l'on peut offrir en termes de travail d'équipe, de coopération et d'apprentissage mutuel.

L'initiative NAMSI est un effort multinational entre le Canada, les États-Unis et le Mexique visant à renforcer leurs relations en matière de sécurité.

Le coup d'envoi de l'initiative a été donné par la participation d'Edmonton au Mexique lors d'une cérémonie d'ouverture sur la place d'armes de la base navale de

Manzanillo, le 28 mars. Après une réunion de coordination entre les intervenants, le NCSM Edmonton a effectué des manœuvres tactiques au large de la côte de Manzanillo avec le U.S. Coast Guard Law Enforcement Detachment, le U.S. Coast Guard Cutter Active et l'Armada de México (ARM) Hidalgo avec son Eurocopter AS565 Panther embarqué. Les navires ont été rejoints par l'USS Savannah pour des patrouilles de nuit dans la région, prouvant ainsi l'interopérabilité entre quatre services distincts.

Mais il n'y a pas eu que des affaires.

Sous le soleil brûlant de l'après-midi qui a suivi les exercices, les marins d'Edmonton ont lancé un défi aux marins de la marine mexicaine pour une partie de football amicale, que les membres de l'ARM Juarez ont acceptée.

"Nous avons terriblement perdu", a déclaré le Capitaine de corvette Smith en riant. "La marine mexicaine a décidé de mélanger les équipes à mi-parcours pour que le match reste amical. C'était une excellente occasion pour les marins de se rencontrer. C'est certainement un moment fort.

Lors de la cérémonie de clôture, le 30 mars au club naval de La Fregata, les capitaines ont échangé des pièces commémoratives, tandis que 3 furieusement échangé des écussons de mission/morale.

"C'est amusant, vous allez n'importe où dans le monde et les marins sont des marins", a déclaré le Capitaine de corvette Smith. "Vous avez un langage commun, des intérêts communs.



Le Maître de 2e classe Kyle Medwid et la Matelot de 1re classe Sarah Sundac, membres du NCSM Edmonton, saluent pendant que retentit l'hymne national du Canada.

OPÉRATION CARIBBE

Le NCSM Edmonton a quitté son port d'attache d'Esquimalt, en Colombie-Britannique, le 13 février pour participer à l'opération Caribbe, la contribution du Canada aux opérations améliorées de lutte contre les stupéfiants menés par les États-Unis. Pendant son déploiement, le navire a patrouillé dans l'est de l'océan Pacifique à l'appui de la Force opérationnelle interagences Sud, qui est chargée de détecter et de surveiller le trafic illicite de stupéfiants dans l'est du Pacifique et dans les Caraïbes.

Le 8 avril, le NCSM Edmonton a contribué à l'interception de 755 kilogrammes de cocaïne - d'une valeur marchande estimée à 49,5 millions de dollars canadiens - lors d'une patrouille au sein d'un groupe d'action de surface comprenant deux navires de la Garde côtière américaine et des aéronefs de soutien. Le SAG a été conçu pendant la NAMSI, et son succès témoigne de l'importance de l'établissement de relations entre les partenaires maritimes.

Les Forces armées canadiennes (FAC) mènent l'opération Caribbe depuis 2006, avec des déploiements successifs de navires de la MRC et d'aéronefs de l'Aviation royale canadienne. Au cours de cette période, les FAC ont contribué à la perturbation ou à la saisie de plus de 112 tonnes de cocaïne



Des marins du Navire canadien de Sa Majesté (NCSM) Edmonton se joignent aux membres de la Marine américaine, de l'Armada de México et de la Garde côtière américaine pour saluer les hymnes nationaux de chaque pays sur la place d'armes de la base navale de Manzanillo lors des cérémonies d'ouverture de l'Initiative de sécurité maritime nord-américaine (ISMNA), le 28 mars. Le NCSM Edmonton a participé à la NAMSI, une initiative multinationale entre le Canada, les États-Unis et le Mexique visant à renforcer leurs relations en matière de sécurité, alors qu'il était déployé dans le cadre de l'opération Caribbe, la contribution du Canada aux opérations améliorées de lutte contre les stupéfiants dirigées par les États-Unis.



THE BEST PLACE TO BUY A NEW CAR!
THE LARGEST INVENTORY ON VANCOUVER ISLAND
5 DEALERSHIPS PLUS 2 RV LOCATIONS TO SERVE YOU
OVER 33 YEARS IN BUSINESS • FAMILY OWNED & OPERATED
WHEN YOU NEED A VEHICLE, VISIT GALAXY MOTORS!



www.galaxymotors.net 250-478-7603 4391 Westshore Parkway Langford | www.galaxyrv.net 250.590.7425 4377 Westshore Parkway DLR 30897 BBB

LOOKOUT

MORAL ET BIEN-ÊTRE NOUVELLES BFC
ESQUIMALT, VICTORIA, C.-B.

LookoutNewspaper.com @Lookout_news
LookoutNewspaperNavyNews LookoutNavyNews

ÉDITEUR EN CHEF

Jazmin Holdway jazmin.holdway@forces.gc.ca

ÉDITEUR

Kate Bandura 250-363-3130
..... kateryna.bandura@forces.gc.ca

RÉDACTEUR

Peter Mallett mallett.peter@cfmws.com

PRODUCTION

Teresa Laird 250-363-8033
..... production@lookoutnewspaper.com

Leslie Eaton 250-363-8033
..... workstation3@lookoutnewspaper.com

COMPTABILITÉ/RÉCEPTION

Trina Winters 250-363-3127

PUBLICITÉ

Joshua Buck 778-977-5433
..... sales@forcesadvertising.com

CONSEILLERS ÉDITORIAUX

Lt(N) Michelle Scott 250-363-4006
Rodney Venis 250-363-7060

CONSEILLER ÉDITORIAL FRANÇAIS

A/Slt Alexandre Springer
..... alexandre.springer@forces.gc.ca

Le LOOKOUT est publié tous les lundis, sous l'égide du Capv J. Jeffrey Hutchinson, Commandant de la Base.

Published each Monday, under the authority of Capt(N) J. Jeffrey Hutchinson, Base Commander.

Le Rédacteur se réserve le droit de modifier, de condenser ou de rejeter les articles, photographies, ou annonces publicitaires pour adhérer au Manuel des politiques des PSP. Les opinions et annonces exprimées dans le journal ne reflètent pas nécessairement le point de vue du MDN.

The editor reserves the right to edit, abridge or reject copy or advertising to adhere to policy as outlined in PSP Policy Manual. Views and opinions expressed are not necessarily those of the Department of National Defence.

LOOKOUT

NEWSPAPER

Circulation : 2 000 plus 300 téléchargements de pdf par semaine

Suivez-nous sur Facebook, Twitter et Instagram pour rejoindre notre communauté grandissante des médias sociaux.

Une division des programmes de soutien du personnel
CFB Esquimalt, PO Box 17000 Stn. Forces,
Victoria, BC V9A 7N2

Internet: www.lookoutnewspaper.com

Télécopieur: 250-363-3015

Accord de vente de produits du courrier canadien: 40063331



La bifurcation en matière de conseil



Thomas Goenczi

Collaborateur du Lookout

Cela fait maintenant cinq séances de conseil.

À ce stade, vous avez, je l'espère, débarrassé vos problèmes urgents dans une mesure raisonnable. En outre, en fonction de la gravité de votre principale plainte et de la dynamique entre vous et votre conseiller, vous avez plus que probablement commencé à tirer profit de la consultation.

À ce stade, il se peut que vous arriviez à la proverbiale bifurcation de votre parcours de conseil, qui peut être invoquée lorsque vous réfléchissez aux progrès que vous avez accomplis.

En général, les praticiens de la santé mentale utilisent le "massing" au début de la consultation. Cette technique consiste à suggérer au client ou au patient de venir consulter une ou deux fois par semaine. C'est un peu comme lorsqu'un médecin vous prescrit un médicament ou un complément particulier qui nécessite une dose d'attaque, c'est-à-dire une dose plus élevée pour faire disparaître les symptômes présentés. La différence avec le conseil est que vous avez l'autonomie de décider de la dose dont vous avez besoin. Cela peut être valorisant pour certains, ou anxiogène pour d'autres, et cela varie généralement en fonction de la disposition actuelle de l'individu à prendre des décisions pour lui-même.

Ainsi, le plus souvent, après quelques séances, le véhicule psychologique des personnes commence à retrouver une certaine forme de fonctionnement. Cependant, ce changement dans le bien-être psychologique et émotionnel peut souvent les conduire à une bifurcation dans leur parcours thérapeutique. Deux questions fréquentes se posent à cette intersection de la santé mentale :

Combien de temps vais-je devoir continuer à consulter ?

À quelle fréquence dois-je continuer à consulter ?

Réfléchissez à votre intention en matière de conseil lorsque vous décidez de la manière dont vous souhaitez aller

de l'avant. Pourquoi avez-vous choisi de vous faire conseiller au départ, et est-ce que cela a changé depuis que vous êtes arrivé à la bifurcation ?

Par exemple, vous avez choisi la consultation pour travailler sur vos problèmes de TDAH, mais au cours des premières séances, vous avez découvert que votre anxiété sociale et la façon dont elle est liée à vos relations contribuent à votre TDAH. L'évolution d'un problème est très fréquente au cours d'un voyage thérapeutique et a un impact direct sur les questions ci-dessus.

En plus de réfléchir à l'évolution de la consultation, vous devez évaluer votre capacité à supporter le travail effectué. Ce dilemme, qui consiste à savoir ce que vous pouvez supporter, doit être abordé sérieusement. Vous risquez d'être submergé par le processus s'il est trop rapide, ce qui indique qu'il reste du travail à faire. Après une réflexion intuitive, vous pouvez délibérer rationnellement et de façon pragmatique de ce qui vous convient le mieux.

Il existe une myriade de résultats à la bifurcation décrite. Certaines personnes peuvent arriver à ce point et décider qu'elles ont fait tout ce qu'elles pouvaient à ce stade et mettre fin à leurs sessions. D'autres poursuivent le travail, s'enracinant intensément dans une thérapie hebdomadaire, tandis que d'autres encore voient leur conseiller une fois par mois et l'utilisent davantage comme une pratique d'hygiène psychique.

Il n'y a pas de mauvaise direction à prendre à cet embranchement. Si vous parvenez à exploiter la fluidité et le rythme de votre parcours thérapeutique, celui-ci devient une expérience plus immersive. En réfléchissant à ce dont vous avez besoin à ce moment-là, qu'il s'agisse de séances plus fréquentes ou d'une pause, et en faisant preuve de compassion à l'égard de ce que vous pouvez endurer, vous vous préparez à vivre une expérience de conseil holistique et nourrissante.

Thomas Goenczi est un vétéran de la RCN et un conseiller clinique diplômé qui exerce en cabinet privé : Well Then Therapy.

Le contenu de ce site n'est pas destiné à remplacer les conseils, le diagnostic ou le traitement d'un professionnel. Demandez toujours l'avis de votre professionnel de la santé mentale ou d'un autre professionnel de la santé qualifié pour toute question concernant votre état de santé.

First Responders & Military: \$20.00 Every Day!

Sullivan's BARBER SHOP

Seniors \$18.00
Regular \$23.00

Appointments Not Necessary **250 478 9424**

756 Goldstream Ave.

NOW OPEN: MON 10 - 4 PM; TUES - FRI 8:30 AM - 5 PM; SAT 8:30 - 3 PM

babcock

Proud to support Canada's fleet

Marine >
Land >
Aviation >
Cavendish Nuclear >

babcockcanada.com

E-FILE FROM \$79.99+GST

Top Shelf Bookkeeping Ltd.
Locally Owned & Operated Since 1994

BOOKKEEPING & PAYROLL SERVICES AVAILABLE

2 CONVENIENT YEAR ROUND LOCATIONS

101-76 Gorge Road West
Victoria, BC V9A 1M1
250-388-9423

1253B Esquimalt Road
Victoria BC V9A 3P4
250-590-4050



Le Premier maître de deuxième classe Jennifer Hunter Hunter

Leadership numérique de la MRC : Pm 2 Jennifer Hunter

Dans cette série, nous présentons le leadership numérique au sein de la Marine royale canadienne (MRC) afin d'illustrer comment nos solutions d'entreprise sont exploitées avec succès au profit de nos équipes.

Lookout for TECHNO

Elizabeth Wolfe

Analyste commerciale/conseillère technique, Groupe du personnel et de l'instruction de la marine

Le Premier maître de deuxième classe (Pm 2) Jennifer Hunter, qui réside à Victoria depuis 30 ans, est le premier maître des opérations du NCSM Vancouver. Elle s'est engagée dans la MRC à 19 ans, a été libérée en 2000, mais s'est réengagée en 2004, regrettant de n'avoir jamais participé à un déploiement outre-mer et constatant que les gens lui manquaient.

Le Pm 2 Hunter est un opérateur d'équipement d'information de combat naval (OEICN) et est une véritable technologue locale ; elle n'a jamais reçu de formation technique en dehors de son service dans les Forces armées canadiennes. Elle a utilisé un ordinateur pour la première fois dans la marine, en apprenant les bases à l'école de la flotte navale. D'abord hésitante, elle est peu à peu devenue compétente. Au cours de sa formation initiale, elle a fait partie de la première cohorte formée au nouveau système de combat pour les navires de la classe Halifax et, à sa grande surprise, elle est devenue une experte en la matière pour ses superviseurs. Depuis lors, elle a suivi l'évolution de la technologie, en s'appuyant fortement sur le principe militaire sous-jacent de l'adaptabilité.

En tant que chef des opérations, l'une de ses principales tâches consiste à assurer le suivi de la formation à l'échelle du navire et à aider les départements à s'assurer que les bonnes qualifications sont aux bons endroits. Monitor Mass (MM) est l'un des outils les plus utiles pour surveiller l'ensemble du navire, d'autant plus que chaque membre

se trouve à un stade différent de sa carrière et de sa formation. MM l'aide à collecter les données et à créer des produits uniques tels que les rapports hebdomadaires fournis au commandement.

À la mi-août, le NCSM Vancouver sera déployé pour quatre mois et comptera sur un équipage de base de 176 membres. Cet équipage restera pendant toute la durée du déploiement et devra donc être transformé en équipe A par le biais d'exercices intermédiaires d'entraînement à la préparation multinationale. La technologie sera essentielle pour gérer un si grand nombre de personnes et confirmer leur aptitude personnelle et professionnelle à opérer dans un environnement opérationnel simulé.

Outre la formation de l'équipage de base, l'objectif est de remplir chaque couchette (jusqu'à 243 marins), notamment en assurant la liaison avec les centres de coordination du personnel via MM afin d'intégrer le personnel de remplacement pendant le déploiement.

- Pour ceux qui cherchent à améliorer leurs compétences techniques au sein de la MRC, le Pm 2 Hunter recommande ce qui suit :
- Faire preuve d'une curiosité permanente ;
- Creusez dans les ressources techniques disponibles ;
- Demander le "pourquoi" de la fonctionnalité du système et des caractéristiques spécifiques ;
- Ne pas craindre les essais et les erreurs ;
- Essayer de nouvelles méthodes et techniques ; et
- être savoir s'adapter.

Elle vous encourage à travailler en réseau avec les personnes qui vous entourent pour en savoir plus sur des technologies spécifiques, peut-être même sur les merveilles de ChatGPT !

CANADA'S ULTIMATE STORY
Commemorating the 70th anniversary of the end of the Korean War, 1953-2023

SPECIAL COLLECTOR'S EDITION
BATTLE OF KAPYONG CANADA BACK AT WAR THE NAVY'S ROLE

KOREA

THE WAR WITHOUT END

BONUS
UN'S FIRST TEST
VETERANS RELIVE THE CONFLICT
THE FIGHT AT HILL 355

The fight is on: CANADA GOES TO WAR

Now Available Across Canada

Korea: The war without end

Communist troops of the North Korean People's Army attack the South on June 25, 1950. They are in Seoul in less than a week. A United Nations coalition resolves to stop them.

Canada joins what is by any definition a war. For three years, Canadians fight iconic battles on land, sea and in the air; 516 die and when the killing is over, the more than 26,000 survivors spend years fighting for recognition.

It was called a "police action" and the "Forgotten War," but for those Canadians who fought in Korea between 1950 and 1953, neither time nor circumstance can erase the memories of what they saw, smelled and experienced in the hills and valleys around the 38th parallel and beyond.

Available on newsstands across Canada! Pick up your copy today!

Also available at canadasultimatestory.com or call toll-free 1-844-602-5737

ONLY **14.95**
+ applicable tax

AVAILABLE AT THESE FINE RETAILERS

Chapters Indigo COLES Walmart SHOPPERS DRUG MART

AND OTHER FINE RETAILERS OF MAGAZINES



Make a forever gift.

Did you know that just 1% of your estate could result in a truly powerful, transformational gift to veterans like Murray ... forever?

To find out more through a confidential conversation, contact Mandy at Mandy.Parker@broadmeadcare.com, or visit www.broadmeadcare.com.

Broadmead Care
Where Love, Life and Living Matter

Des atterrissages heureux pour le salon des drones

Lookout for TECHNO

Peter Mallett
Rédacteur

Le 12 mai, le bruit des drones a envahi le mess des maîtres et des premiers maîtres.

"Des événements comme celui-ci nous permettent de nouer des liens avec des personnes, des agences et des unités militaires qui partagent les mêmes idées et qui explorent ou développent les capacités des systèmes de drones afin de répondre aux besoins croissants de la communauté de la défense et de la sécurité publique", a déclaré le sergent Malcolm Byers, superviseur des services d'imagerie des FMAR(P). "Le fait de voir les technologies nouvelles et à venir nous permet de mieux positionner nos services à l'avenir.

MARPAC Imaging a été l'une des quatre étapes de la tournée de présentation de Rocky Mountain Unmanned Systems (RMUS) Canada dans l'Ouest du Canada, présentant diverses plates-formes de drones aér-

iens, terrestres et sous-marins aux professionnels de l'industrie. Basé à Mississauga, en Ontario, RMUS est le plus grand fournisseur de systèmes d'aéronefs pilotés à distance (RPAS) en Amérique du Nord.

Le Sgt Byers était l'organisateur local de l'événement et a déclaré qu'il a fourni des informations importantes à tous les participants, y compris le personnel militaire, la Garde côtière canadienne, la Gendarmerie royale du Canada et les opérateurs de systèmes d'aéronefs pilotés à distance avancés.

L'événement comprenait des conférences, des expositions statiques et des possibilités de réseautage pendant les heures du matin. L'après-midi, les opérateurs se sont envolés pour des démonstrations en vol de divers systèmes aériens. Les vols ont été lancés à partir d'une zone d'observation située près de la Rainbow Room.

La tournée du RMUS s'est également arrêtée à Vancouver, Calgary et Edmonton.



The Harris Dodge Military Appreciation Discount.

\$1000 OFF ANY ADVERTISED PRICE.
15% OFF ALL PARTS & SERVICE.



No Exclusions.

HARRIS

+1 778-561-4664

WWW.HARRISDODGE.COM

Disclaimer: DL#31254. Vehicle is for illustrative purposes only. Military employees receive an additional \$1000 off the advertised price with the purchase of a new or used vehicle from Harris Victoria Chrysler. Taxes, and admin fee of \$997 are extra. Military employees will also receive 15% off the retail price of parts and service labor. Service must be completed at Harris Victoria Chrysler. Taxes, shop supplies and environmental levies are extra. Proof of Military status may be required. Offers expire Dec 31, 2022.

17 JUNE / JUIN 2023

NAVY RUN



COURSE DE LA MARINE



REGISTER TODAY TO SECURE YOUR 2023 NAVY RUN TECHNICAL SHIRT!

This year's theme showcases the new Arctic Offshore Patrol Vessel Max Bernays and the 100th anniversary of the Naval Reserves.

INSCRIVEZ-VOUS DÈS AUJOURD'HUI POUR RECEVOIR LE CHANDAIL TECHNIQUE DE LA COURSE DE LA MARINE 2023!

Le thème de cette année met en valeur le nouveau patrouilleur hauturier arctique Max Bernays et le 100e anniversaire de la Réserve navale.

NAVYRUNESQUIMALT.COM

REGISTRATION FEES / FRAIS D'INSCRIPTION • ONLINE REGISTRATION CLOSES JUNE 9 / L'INSCRIPTION EN LIGNE SE TERMINE LE 9 JUIN

5 KM / 10 KM

VIRTUAL - EVERYONE / VIRTUELLE - TOUT LE MONDE
\$40.00

IN-PERSON / EN PERSONNE

\$34.65 - Active and Retired Military / Militaire actif et retraités
\$39.90 - DND/NPF Civilians / Civils du MDN/FNP
\$45.15 - General Public / Grand public

KIDS RUN / COURSE DES ENFANTS

VIRTUAL AND IN-PERSON / VIRTUELLE ET EN PERSONNE

Registration not required for the Kids Fun Run, however, sign up online to secure your technical t-shirt!
L'inscription n'est pas nécessaire pour la course amusante, cependant, inscrivez-vous en ligne pour obtenir votre t-shirt technique!

SPONSORED BY / COURSE PARRAINÉE PAR



Consider a donation to Soldier On when you register. Pensez à faire un don à Soldat en mouvement lorsque vous vous inscrivez.

Photo credit: John's Photography, Sooke, BC

Un Technicien en génie des armes du NCSM Regina nommé Marin du trimestre



À l'affût des HÉROS

Peter Mallett
Rédacteur

Lorsque le matelot de première classe (Mat 1) Nahom Beyene a assumé plusieurs tâches et responsabilités supplémentaires en dehors de celles qui lui étaient assignées au NCSM Regina, il ne s'attendait pas à recevoir le prix du matelot du trimestre des Forces maritimes du Pacifique.

"Je suis complètement surpris de recevoir ce prix et je le reçois avec humilité", a déclaré le Mat 1 Beyene. "Je suis très reconnaissant envers mon service, car je n'aurais pas pu obtenir ce prix sans leur soutien constant.

Le Mat 1 Beyene est technicien en génie des armes au NCSM Regina. Le Capitaine de vaisseau Mark O'Donohue, commandant adjoint de la Flotte canadienne du Pacifique, et le Premier maître de première classe Matthew Goodwin, capitaine d'armes de la Flotte canadienne du Pacifique, lui ont remis le prix le 27 avril au bureau côtier de Regina.

Le Mat 1 Beyene est un technicien en contrôle des tirs et était chef de section par intérim lorsqu'il a préparé

la section de son navire pour la réactivation, ce qui est généralement la responsabilité d'un maître de deuxième classe, selon son superviseur.

Une note interne de la Marine royale canadienne (MRC) indique que le Mat 1 Beyene a été reconnu pour sa diligence et ses compétences en matière de leadership parce qu'il "a exemplifié les qualités d'un leader [tout en] affichant des valeurs que les subordonnés admirent".

Le premier maître de deuxième classe Trevor Moore, premier maître des Technicien en génie des armes, déclare que le Mat 1 Beyene a reçu cette récompense à juste titre.

"Le Mat 1 Beyene donne l'exemple par sa tenue et son comportement, il garde toujours ses bottes noircies et promeut la bonne forme physique au sein du service", a-t-il déclaré, ajoutant que le premier maître Beyene a utilisé son temps de travail pour le développement professionnel et a suivi le cours de conseiller en harcèlement de l'unité et le cours d'aide au règlement des griefs des militaires, ainsi que le dossier de pré-instruction pour le cours d'embarquement de la marine.

La reconnaissance dont il fait l'objet va plus loin, explique le Premier maître de seconde classe Moore.

"Il a contribué à renforcer les liens au sein de notre communauté, ce qui a permis d'améliorer les relations

avec la MRC et le Grand Victoria", a déclaré le Pm 2 Moore.

Avec les conseils et l'aide du Matelot-chef Russell Blackburn, le Mat 1 Beyene a aidé à recueillir des fonds pour le service de réanimation des enfants de l'hôpital général de Victoria lors du tournoi de golf commémoratif Dave Barber 2022. Avant les vacances d'hiver, lui et les membres de l'équipage du Regina ont offert des cadeaux et des cartes-cadeaux d'une valeur de 3 600 dollars au service pédiatrique.

Le Mat 1 Beyene attribue son succès dans l'organisation du tournoi et la reconnaissance à son sens aigu des relations humaines.

"Il s'agit vraiment d'une compétence importante, car rien dans la MRC ne peut être réalisé avec de l'individualité", a-t-il déclaré. "Je ne pense pas que j'aurais pu mener à bien toutes ces tâches sans l'aide d'autres personnes qui se sont impliquées et qui ont fait un effort supplémentaire pour m'aider.

Pour avoir remporté le prix, le Mat 1 Beyene a reçu un certificat, une pièce de monnaie du marin du trimestre et une place de parking au QG des FMAR(P). Le Mat 1 Beyene a indiqué qu'il se rendait au travail à vélo tout au long de l'année et qu'il envisageait de faire don de cette place de parking à une œuvre de bienfaisance.



La reconnaissance des employés est importante

Soumettez vos nominations pour les prix "Célébrons l'excellence" !

MDN

Le ministère de la Défense nationale (MDN) et les Forces armées canadiennes (FAC) comptent de nombreux employés extraordinaires qui méritent d'être reconnus ! Étant la plus haute expression de reconnaissance au sein du ministère, le prix Célébrons l'excellence (CEA) est le moyen idéal de montrer l'appréciation de vos employés et de souligner et de mettre en valeur leurs réalisations.

Saisissez l'occasion de proposer la candidature de personnes ou d'équipes en remplissant les formulaires de candidature et en les envoyant à votre coordonnateur des prix et de la reconnaissance de niveau 1 d'ici le 9 juin.

Tous les employés et le personnel du MDN et des FC sont admissibles et peuvent proposer des personnes ou des équipes pour les prix suivants :

- Prix de distinction des SM ;
- Prix de la collaboration John Forster des SM ;
- Prix de la collaboration du SM John Forster ; Prix de la réalisation régionale du SM/CEMD ; Prix

de la culture organisationnelle du SM/CEMD ;

- Prix de la culture organisationnelle du SM/CDS ;
- Prix de l'excellence en matière de défense du SM/CDS ;
- Prix de la transformation du SM/CDS ;
- Prix de l'impact sur l'équipe du SM/CDS.

Vous trouverez des informations plus détaillées sur les prix et les nominations sur la page intranet "Celebrating Excellence Awards" :

http://hrciv-rhciv.mil.ca/HRCIV_Intranet/p-awards-types-corporate-awards.page

Pour obtenir des conseils sur la manière de rédiger vos nominations, consultez les outils de nomination. Pour plus d'informations ou pour obtenir de l'aide concernant les nominations aux CEA, veuillez contacter le Secrétariat des prix et de la reconnaissance de l'entreprise :

Awards-Recompenses@forces.gc.ca

UNITE OUR WORLD

OKANAGAN MILITARY TATTOO
10TH ANNUAL

July 29 & 30, 2023
Kal Tire Place | Vernon, BC Canada

KIDS are FREE*
*one FREE kid's ticket with purchase of one adult or senior ticket

Canada BRITISH COLUMBIA Supported by the Province of British Columbia TOURISM VERNON

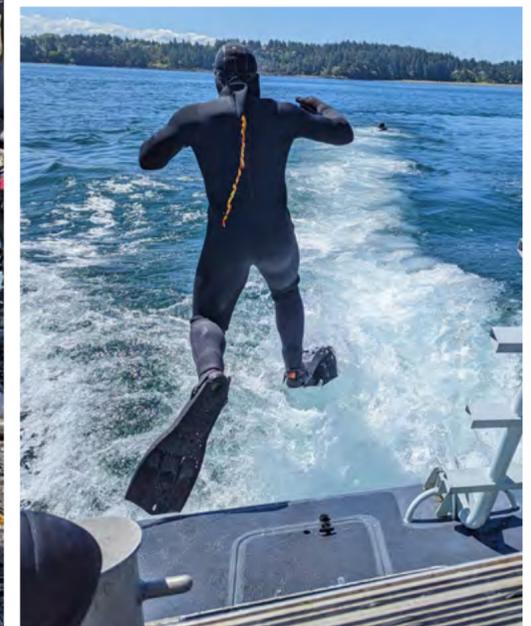
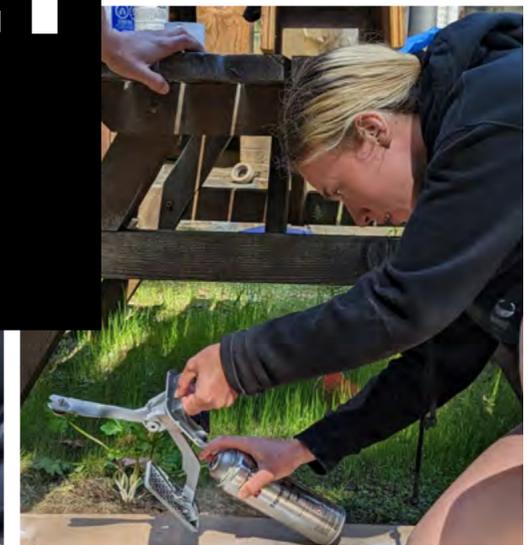
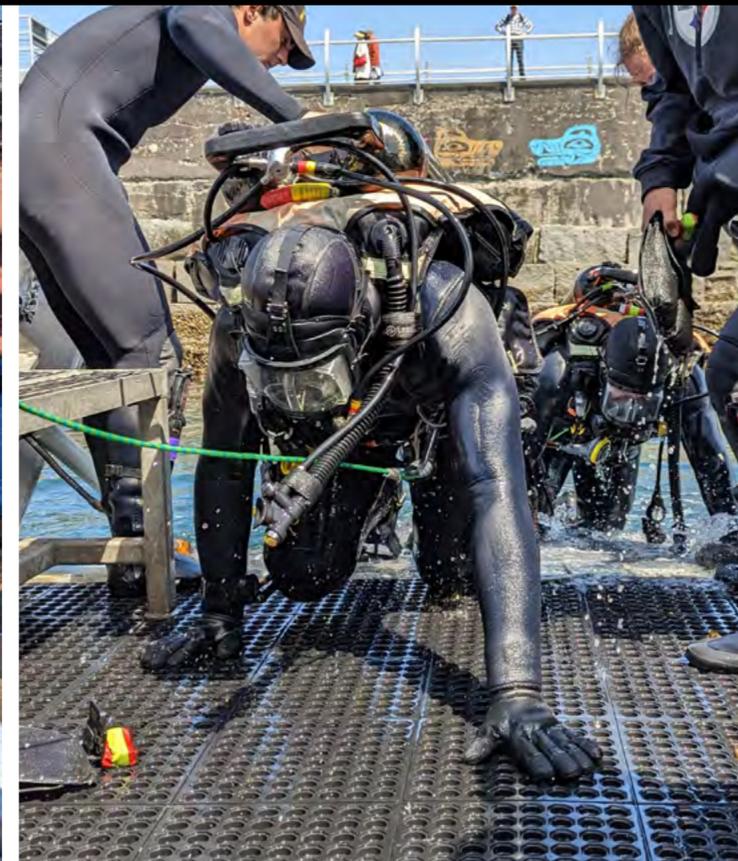
Tickets available at ticketseller.ca 250-549-7469

okanagantattoo.ca f t i



Unité de plongée de la flotte (Pacifique)

COURS DE PLONGÉE ET JOURNÉE DE REMISE DES DIPLÔMES



La 19e Escadre Comox termine l'exercice Totem Platinum

Attention à l'exercice NOUVELLES

Totem Times

L'exercice Totem Platinum, un vaste exercice d'intervention d'urgence simulant un incident aérien avec de nombreuses victimes, s'est déroulé sur la plage de la Force aérienne à Comox le 17 mai.

"La 19e Escadre Comox et les organismes civils d'intervention d'urgence doivent travailler ensemble dans ce type d'intervention", explique le Capitaine Eric Germain, organisateur de l'exercice, du 19e Escadron de soutien opérationnel. "Cet exercice a impliqué les pompiers locaux, les ambulanciers et le personnel médical de première ligne de l'hôpital de l'île du Nord, aux côtés de leurs homologues militaires.

Totem Platinum est l'aboutissement de plusieurs mois de préparation par un groupe de personnes dévouées qui ont toutes joué un rôle essentiel dans la coordination d'un accident simulé et dans la liaison avec tous les intervenants d'urgence dans la zone étendue entourant la 19e Escadre.

"Il a fallu commencer tôt pour s'assurer que les 55 volontaires étaient en tenue de simulation de blessés (moulage) avant 8 heures du matin", explique Cari McIntyre, coordinatrice de la planification des urgences pour le programme d'urgence de la vallée de Comox. "Il faut féliciter l'équipe de moulage et les acteurs - leur engagement à l'égard de leur métier et de leur rôle a permis de rendre réelle l'expérience de la catastrophe aérienne et de l'exercice Code orange de l'hôpital de la vallée de la Comox.

Lisa Vicars, qui s'est portée volontaire pour la première fois, a trouvé fascinant de participer à l'exercice.

"La quantité de planification et de préparation, l'étendue et la complexité du travail des militaires, des premiers intervenants, du personnel de santé, du personnel municipal et d'autres organisations d'intervention d'urgence - c'était très amusant d'apporter une minuscule contribution à un projet très utile", a déclaré Mme Vicars.

Le Sous-lieutenant Matt Rowe, un blessé volontaire qui travaille avec le bureau des affaires publiques et le Totem Times pour acquérir de l'expérience sur le terrain, a joué un personnage qui pouvait marcher et n'était pas gravement blessé.

"Je suis sorti de l'épave en titubant, voyant le ciel bleu, l'eau, un champ vert et le feu. J'ai marché le plus loin possible des flammes avant de m'allonger dans le

champ. Un pompier est rapidement apparu, s'enquérant de mes blessures", a-t-il déclaré. "On m'a dirigé vers une zone de triage et j'ai été accueilli par des membres des Forces armées canadiennes, certains en vert et d'autres en orange. J'ai fait partie des blessés qui ont été transportés aux urgences simulées pour être examinés par le personnel de l'hôpital de la vallée de la Comox. J'ai été bien soigné et j'ai quitté l'hôpital avec des blessures mineures.

"Merci à tous les bénévoles qui ont participé à cet événement impressionnant", déclare le colonel JP Gagnon, commandant de la 19e Escadre. "Le réalisme de l'exercice a certainement été renforcé par le talent artistique de l'équipe de moulage qui a préparé les victimes à avoir des blessures difficiles à distinguer des vraies et a donné aux premiers intervenants une simulation immersive."

Le programme d'urgence de la vallée de Comox était l'agence civile principale, avec les services d'urgence et d'incendie comprenant le centre de répartition et de services aux victimes de la GRC de Courtenay, le service de secours aux pompiers de Courtenay, le service de secours aux pompiers de Comox, le service 911 de l'île du Nord, le service de répartition des pompiers de Campbell River, et la station 60 de recherche et de sauvetage de la Marine royale du Canada.

La Comox Valley Airport Commission et BC Transit ont été des partenaires incontournables en matière de transport, et les équipes des services de santé comprenaient le Comox Valley Hospital, Island Health, Health Emergency Management BC, BC Ambulance Service, St. John Ambulance First Aid, Elevated First Aid and Casualty Simulation, et Disaster First Aid Stations.



Des volontaires jouent des blessés lors d'un exercice de simulation de catastrophe aérienne à Comox. Photos : Dylan Thiessen Photography



CFB ESQUIMALT
NAVY RUN



COMING SOON
JUNE 17

NAVYRUNESQUIMALT.COM

LAND YOUR WINGS HERE

494 Goldstream Avenue



EARLY FALL 2023 • REGISTER NOW

778.533.7326
themonarch.ca



Building amenities:

- Underground EV parking
- Heat pumps with AC
- Large gym with cardio room, weight room, and yoga/stretch room
- 8 modern layouts to choose from
1 bedroom
1+ den
2 bedroom 2 bath



TRACKSIDE
AUTO SERVICE LTD.
A FULL SERVICE AUTO REPAIR FACILITY

- Induction & Fuel Injection Service
- Out of Province Inspection
- Diesel Fuel Service
- Brake service

- Oil service
- Electrical
- Exhaust
- Tires

Winner
"2014 2nd PLACE"
BEST OF THE CITY AWARDS
Black Press

* under 80,000 km

784 Fairview Rd. • 250-383-5509 • tracksideautoservice.ca

CLASSIFIED ADS

A LOUER

2 chambres à louer, 1 400 \$ et 1 200 \$ Vivre dans une maison commune. Très grande chambre non meublée (comme une suite) avec salle de bain complète et vue sur l'océan. La deuxième chambre est meublée avec une salle de bain et vue sur l'océan. Le loyer comprend : le wifi, le chauffage, l'électricité et les services publics, l'utilisation partagée de la maison, de la cuisine, du salon et des terrasses.

A VENDRE

Kit de mess naval à vendre. Changé de RCN à RCAF. Veste femme et pantalon unisexe. Taillé sur mesure, mais la taille est d'environ 10-12 et pour 5ft 6 in avec de la place pour des modifications. Fabriqué par Andrei Master Tailor à Kingston, Ont. L'acheteur paie les frais d'expédition depuis Yellowknife. 650 \$ et environ 40 \$ de frais d'expédition à taux fixe. Contacter le Major ML Gordon, (778) 922-0441, marydahl396@gmail.com.

OPPORTUNITÉ

Poste de gardien de nuit disponible. Idéal pour une personne semi-retraitee. Tâches légères de conciergerie et de sécurité. Toute la formation sera fournie. 2 nuits par semaine (pas de week-end). 22,50 \$ de l'heure, avantages sociaux. Veuillez soumettre votre curriculum vitae et toutes vos questions à Tony Sousa, Dawson Heights Housing, tsousa@dawsonheights.ca

Envoyez par e-mail
votre annonce gratuite
50 mots ou moins, à
Trina.Winters@forces.gc.ca

*Le Lookout se réserve le droit de modifier le contenu pour des raisons d'espace ou de clarté.



Le coprésident sortant de la OCFD reconnu



L'Organisation consultative des femmes de la Défense (OCFD) a rendu visite au commandant des Forces maritimes du Pacifique (FMAR(P)) le 24 mai. Le contre-amiral Christopher Robinson a profité de l'occasion pour remercier Kahla Lichti pour son dévouement dans son rôle de coprésidente civile au cours des deux dernières années et lui a remis un certificat d'appréciation.

Vanessa Nicholson, la nouvelle coprésidente civile, était également présente à la réunion. Elle rejoint l'équipe composée du capitaine Patricia Laing, coprésidente militaire, et du Capitaine de vaisseau Peter Sproule, champion de l'OCFD.

L'OCFD s'efforce de faire connaître son groupe consultatif ainsi que les autres groupes consultatifs de la défense au

sein des FMAR(P) et espère poursuivre l'excellent travail de ses prédécesseurs en fournissant au commandant des idées, des conseils et des recommandations émanant de la base.

L'OCFD EST TOUJOURS À LA RECHERCHE DE VOLONTAIRES. VOUS SOUHAITEZ REJOINDRE L'ÉQUIPE ET Y APPORTER VOTRE CONTRIBUTION ? N'HÉSITEZ PAS À CONTACTER

Vanessa Nicholson : vanessa.nicholson@forces.gc.ca, 250-363-7864 ;

Capitaine Patricia Laing : patricia.laing@forces.gc.ca, 250-363-4681 ;

Capitaine de vaisseau Peter Sproule : peter.sproule@forces.gc.ca, 250-363-5898.

BROWN'S
The Florist
Since 1912

MILITARY APPRECIATION DISCOUNT 10% OFF

brownsflorist.com

Stay Connected From a Distance With Flowers

Downtown 250-388-5545
Sidney 250-656-3313
Westshore 778-433-5399

I Stage and I Sell!

SHELLY REED Associate Broker
Direct: 250-213-7444 Email: sr@shellyreed.com
www.shellyreed.com

PEMBERTON HOLMES
#150-805 Cloverdale Ave.,
Victoria, B.C. V8X 2S9
250-384-8124

SPROTT SHAW COLLEGE

SCHOLARSHIPS FOR MILITARY AND VETERANS.*

WWW.SPROTTSHAW.COM
VICTORIA: 250-384-8121

SKIEWED

Vous avez beaucoup de chance !
vous avez choisi le pic de la saison pour visiter.

RENCONTRE HUMAINE
PROCHAINE HUMAINE
4:00

ANDREW

Provided by Andrew Currie

CANEX
A division of CFMWS
Une division des SBMEC

CANADA'S MILITARY STORE

CANEX

CANEX.CA

1343 Woodway Rd., Esquimalt 250.388.6428

Nancy Vieira REALTOR®
Personal Real Estate Corporation

250-514-4750
www.nancyvieira.com • info@nancyvieira.com

for Victoria & Southern Vancouver Island

PH PEMBERTON HOLMES
REAL ESTATE
1-800-665-5303



Hommage à la chandelle au cimetière des anciens combattants God's Acre

Le 25 mai 2023 | N'oublions pas

La cérémonie, à laquelle participaient de nombreuses organisations, s'est déroulée à la lumière de bougies qui ont brûlé jusqu'à minuit en hommage silencieux aux hommes et aux femmes qui ont servi le Canada, hier et aujourd'hui. Photos : Cplc André Maillet, MAPRAC Imaging Services

 **YOU'RE INVITED TO OUR
CLIENT
APPRECIATION
BBQ**



Date : 22 juin 2023 **Heure :** 11h00 à 13h00
Lieu : Terrain Naden derrière le gymnase Naden Événement
Détails : La Financière du RARM ramène son vrai jeu de la vie pour une chance de gagner des prix.
Arrêtez-vous pour des jeux et de la nourriture gratuite.

 **ZEDS**
beds made easy

Full Selection of High Quality Bedroom Furniture
www.ZEDSBEDS.ca 

Hey Sailor...
After spending so many nights in your rack isn't it time you had the well deserved sleep at home? Our Canadian made mattresses and 90 sleep guarantee will ensure you get the well deserved rest you need (no seat belts needed).



50%-80% OFF RETAIL

- Made in Vancouver.
- Locally owned and operated.
- Two trees planted in BC for every mattress sold.

FREE PARKING AROUND BACK
#113-2854 PEATT ROAD, LANGFORD
Adam Averill, CD: 250-894-ZEDS (9337)

FREE PHONE CONSULTATION
OPEN:
MON-SAT 11-5; SUNDAY 11-3

L'exercice comme médecine : Le parcours de mise en forme du M 2 Zachary Leger



Maintenant plongeur de l'équipe du navire, le M 2 Zac Leger a plongé sur la coque du NCSM Fredericton après que le navire a subi des avaries pendant la traversée de l'Atlantique.

À l'affût SANTÉ

Personnel du Trident

Lorsque le maître de deuxième classe (M 2) Zac Leger a été déployé dans le cadre de l'opération Réassurance avec le NCSM Charlottetown en 2017, il avait un plan pour rester en forme pendant les six mois en mer - il utiliserait l'équipement disponible à bord du navire et profiterait de tout le temps libre dont il disposerait.

"Je pensais même me fixer des objectifs pour perdre du poids et m'améliorer", a-t-il déclaré.

Mais une fois que les habitudes de travail, d'alimentation et de sommeil se sont installées, la réalité s'est avérée différente.

Il a eu besoin d'aide pour suivre son programme de remise en forme et a adopté un régime qui privilégiait les plats frits à emporter plutôt que les repas sains. À la fin du déploiement, il avait pris plus de 65 livres.

Autrefois joueur de basket-ball de haut niveau, le M 2 Léger a déclaré qu'il avait été frappé par son incapacité à suivre le rythme de ses camarades de l'équipe de basket-ball de Stadacona.

"Il fallait que quelque chose change", a-t-il déclaré.

Depuis, le M 2 Leger s'est lancé dans un parcours de santé et d'exercice qui lui a permis de dépasser ses objectifs de forme physique et de saisir de nouvelles opportunités en tant que marin. Il a également utilisé de son influence pour promouvoir les avantages d'un mode de vie sain et actif auprès de ses collègues de la Marine royale du Canada (MRC) et plus particulièrement auprès de ses élèves en tant qu'instructeur à l'École de la flotte navale (Atlantique).

Il a commencé à fréquenter le gymnase cinq fois par semaine à la suite de son déploiement en 2017, et bien qu'il ait connu un certain succès au début, une recommandation de son médecin a mené à une rencontre utile avec un diététicien de la base. Il s'est rendu compte que, même en faisant régulièrement de l'exercice, il consommait plus de nourriture que son corps n'en avait besoin.

"Une fois que j'ai remis de l'ordre dans mon alimentation, j'ai commencé à voir les résultats que j'attendais", a-t-il déclaré.

Ces progrès ont encouragé le M 2 Leger à se dépasser physiquement, ce qu'il a fait après avoir été affecté au bureau

côtier du NCSM Harry DeWolf en 2018. Avec l'encouragement de l'officier de plongée de son navire, il a surmonté ses hésitations antérieures concernant le cours de plongeur de l'équipe de navire de la MRC, s'inscrivant et terminant le programme exténuant de six semaines.

"Après le cours de plongée, j'avais dépassé mon objectif initial de perte de poids. Je pesais 185 kg et j'ai senti que je pouvais me concentrer davantage sur des objectifs physiques tels que la musculation et l'amélioration de ma capacité cardio-vasculaire", a-t-il déclaré.

Il s'est également passionné pour la plongée et a acquis la confiance nécessaire pour aller encore plus loin dans ses nouvelles compétences, en passant la difficile évaluation de plongeur-démineur organisée par l'unité de plongée de la flotte (Pacifique) à Esquimalt au début de l'année 2020. Bien qu'il n'ait finalement pas été sélectionné pour devenir plongeur à temps plein, cette réussite personnelle est significative et souligne l'importance des changements qu'il a apportés à son mode de vie. Le M 2 Léger essaie maintenant de transmettre ces leçons à d'autres.

"J'essaie d'intégrer diverses formes d'entraînement physique pour mes élèves afin de promouvoir un mode de vie sain et actif", explique-t-il, ajoutant qu'il a reçu des commentaires positifs de la part de ses élèves et qu'il a même remarqué un changement d'attitude et d'attention à la suite des séances d'entraînement physique.

"L'exercice est une excellente forme de médecine pour tous les membres des Forces armées canadiennes (FAC). Cette expérience dans ma vie m'a permis de réaliser que je pouvais me fixer des objectifs et réussir grâce à mon travail acharné et à ma détermination. Elle m'a donné l'envie d'améliorer continuellement ma condition physique et d'explorer des options de carrière que j'avais d'abord jugées impossibles", a-t-il déclaré.

Le programme de reconditionnement des programmes de soutien personnel (PSP) est un régime de remise en forme conçu pour répondre aux exigences des membres actifs des FAC qui doivent faire face à des blessures et à des maladies. Pour plus d'informations, consultez votre médecin ou contactez le service de reconditionnement d'Esquimalt à l'adresse Lyndal.Greig@forces.gc.ca. Le reconditionnement s'occupe des membres malades et blessés qui tentent de recouvrer la santé et fait partie du département de la condition physique et du sport d'Esquimalt. Les clients doivent être référés par l'hôpital de la base/le physio de la base pour être admis au programme de reconditionnement.



Le M 2 Zac Leger porte le maillot du NCSM Harry DeWolf lors de la course sur route de 10 milles de Tely à St. John's, Terre-Neuve, en 2019.

COLDWELL BANKER OCEANSIDE
Victoria BC, Canada

TIDELINE
PROPERTY GROUP

ELYSIA ALLEN
250-882-8938
Elysia@TidelinePropertyGroup.com
TidelinePropertyGroup.com



LOGISTIQUE DE LA BASE

Le Capitaine de frégate Audy, commandant de la base logistique (BLog), a remis des promotions et des récompenses aux membres de la BLog en mai..



Le Sergent Steven Snyder reçoit la médaille du service général pour son travail lors de l'opération Impact à l'automne 2022.



Le caporal Evelyn Welsh reçoit la médaille du service spécial.



Le Premier maître de deuxième classe Al Billings est promu à son grade actuel.



Le Matelot de première classe Ronald Filazek est promu à son grade actuel.



Ken Hall reçoit la récompense de niveau 5 de l'unité BLog.



Rick Taylor reçoit la récompense de niveau 5 de l'unité BLog.



Le Sergent Dave Newman reçoit la récompense de niveau 5 de l'unité BLog.



John Fitzner reçoit la récompense de niveau 6 de l'unité BLog.



Le caporal Frederic Lapierre reçoit la décoration des Forces canadiennes.



Le Maître de deuxième classe Joey Espineli reçoit la Décoration des Forces canadiennes 1.



Chris Shipway reçoit le prix d'ancienneté pour 15 ans de service dévoué au Canada.



Steve Portlock reçoit le prix d'ancienneté pour 15 ans de service dévoué au Canada.



FORCE SOUS-MARINE CANADIENNE

Capitaine de frégate Éric Isabelle, commandant du NCSM Corner Brook, a remis des promotions et des récompenses à des membres de la FORCE SOUS-MARINE CANADIENNE en mai.



Le Matelot-chef Eric Maciuk, du NCSM Victoria, reçoit une décoration des Forces canadiennes.



Le Matelot de première classe Ethan Hynes du NCSM Victoria est promu au grade actuel.



Le Matelot de première classe Kyle Beecker du NCSM Corner Brook est promu au grade actuel.



Le Matelot de deuxième classe Gabriel Thibodeau du NCSM Corner Brook est promu au grade actuel.



Le Capitaine de corvette Paul LePrieur, commandant de l'installation d'entraînement au contrôle des avaries Galiano, reçoit une carte d'anniversaire surprise. Joyeux anniversaire !



Treatment Shouldn't Feel Like Punishment

Addiction, Mental Health & Trauma Treatment

Powell River-based Sunshine Coast Health Centre and the Georgia Strait Womens Clinic provide highly personalized addiction, mental health and trauma treatment for male and female clients respectively. Get daily 1-on-1 inpatient or outpatient treatment tailored to your unique needs.

Services include 24 hour-medical service, psychiatric assessment, EMDR, rTMS, psychotherapy, hypnotherapy and much more.

Serving the Department of National Defence and Veterans Affairs Canada since 2009.



**Sunshine Coast
Health Centre**

A Non-12 Step Mental Health Program

Admissions Toll Free
1.866.487.9010

schc.ca

Georgia Strait

WOMENS CLINIC

Admissions Toll Free
1.866.487.9040

georgiastraitwomensclinic.ca