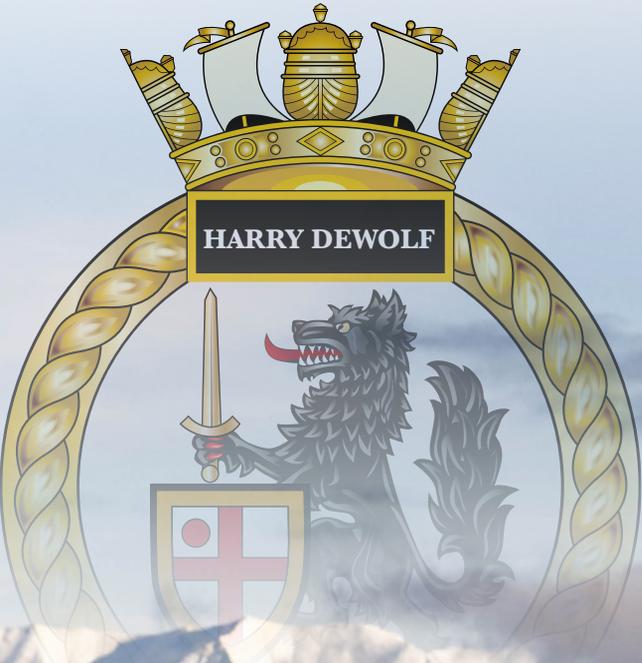


VOLUME 69 NUMÉRO 2 | 15 JANVIER, 2024
 JOURNAL - NOUVELLES MORAL ET BIEN-ÊTRE | BFC ESQUIMALT, CB

the LOOKOUT

NEWSPAPER & PUBLISHING



LES AVENTURES DE L'ARCTIQUE

Le matelot de première classe Andrew Henderson prépare le navire de débarquement qui sera mis à l'eau pour amener les membres du NCSM Harry Dewolf à terre à Pond Inlet, au Nunavut, au cours de l'opération Nanook en 2023.

Photo : Soldat Brendan Gamache



Buying or Selling?
I can help!
CHRIS ESBATI
 Knowledgeable Trustworthy
 Dedicated

RE/MAX
 CAMOSUN

250.744.3301
 chris@victoriaforsale.ca

victoriaforsale.ca

SPROTT SHAW COLLEGE

SCHOLARSHIPS FOR MILITARY AND VETERANS.*

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

CANEX
 A Division of CFMWS
 Une division des SBMFC

CANADA'S MILITARY STORE

CANEX

CANEX.CA

1343 Woodway Rd., Esquimalt 250.388.6428

COUNTRY GROCER

ISLAND OWNED AND OPERATED SINCE 1984.

VIEW OUR FLYER IN THIS PAPER WEEKLY!

Réservez la date !

Le 7 mars 2024



présente



Ouvert à tous les membres de la communauté de la Défense

santé • fitness • bien-être • éducation • loisirs
• vendeurs • prix • swag • démonstrations

Massages gratuits lors de l'événement, offerts par le West Coast College of Massage.



Intéressé à devenir un vendeur ? Des stands internes sont disponibles !
Pour des tarifs spéciaux, contactez Jazmin.holdway@forces.gc.ca



Le Canada ouvre la voie à la fabrication de respirateurs mieux adaptés

Peter Mallett
Rédacteur

A made-in-Canada invention is poised to change the way military personnel are trained. A Canadian invention is on the point of making the respirators used in the training of military personnel more accessible to all members of the Canadian Armed Forces (CAF).

The final phase of the C5B respirator test was held at the Galiano Damage Control training facility in Colwood, B.C., at the end of November. Those responsible for this phase declared that the C5B respirators constituted a technological breakthrough.

Dr Paul Bodurtha, of Research and Development for the Defense Canada (RDDC), confirmed that the objective of the project, to provide a more complete respirator for the QMB, was within reach.

"It's a fundamental question of human rights and I'm happy to say that we are the first nation whose army takes this into account and seeks to better accommodate all members," he declared.

The mask was well received by the participants in the tests.

Corporal Ouïam Meftah, of the 35th Combat Engineering Regiment in Québec, declared that she loved what she saw in the final design of the respirator.

"It's incredible to see this day arrive and to have equipment that is available to everyone in the world and that makes everyone feel safe and protected," declared Cpl Meftah. "In the past, I was always afraid to go into the gas hut, but now the C5B protects me better than ever."

This combat engineer is Muslim and wears a hijab. She has already participated in three tests.

According to M. Bodurtha, the validation of the C5B in view of operational use by military personnel in combat situations will be part of the second phase of the tests.

QMB Un stimulant pour la confiance

In the Gas Hut at Colwood, 26 military personnel submitted the new respirators to a full battery of tests. In addition to the C5B, they also wore long rubber gloves and standard military protection against chemical, biological, radiological and nuclear (CBRN) agents in order to protect them from dispersed gas lacrymogens inside the hut.

The participants were assured that the typical physical movements and CBRN respirator exercises would be

performed during a gas hut test. The standard QMB respirator will not prevent the penetration of gas lacrymogen into the respirator or into the C5B filtration membrane.

Major Christian Doucet, of the CBRN interarmies defense direction of the Canadian Army, directed the military personnel during the tests. According to him, confidence in the individual protection equipment (EPI) is essential for the morale of all military personnel. He is happy to note that all those who participated in the final phase of the tests were satisfied.

"Certain people participating in our tests, who have been members of the FAC for 30 years, have never worn a respirator correctly adjusted, but now, for the first time, they do not feel anything inside the gas hut," declared Major Doucet.

A team of scientists led by Bodurtha measured and recorded whether the C5B protection was maintained throughout the test, ensuring that no significant amount of gas lacrymogen had penetrated the masks. In addition to practical tests, members participated in numerous discussions and examinations of the new product with the scientists. They were instructed to report any irritation, odor or other sign indicating that the gas lacrymogen had bypassed their new EPI.

The C5B is a Canadian technological invention from AirBoss Defense Group. Mario Champigny, director of AirBoss, explained that he and his team of 15 people have been working on the mask since August 2020.

"We are very encouraged by the tests we are seeing today, as they confirm all our previous tests and lessons learned," declared M. Champigny. "Today, it's the first time that all our recruits have been able to complete the exercise required by the recruits without any serious problem."

The test allowed to confirm that the C5B can be part of the training of the QMB, but it remains to be seen if it will be part of the leadership school and the training of new recruits of the Canadian Armed Forces (ELRFC) to put the mask into operation, declared a spokesperson for RDDC.

After overcoming the final obstacles, the C5B could be available for the recruits of the QMB by the end of autumn 2024. The commandant Bodurtha estimates that the C5B also has the potential to become a piece of equipment used in combat operations, but this will require other improvements in the design and tests in the months and years to come.



La Caporal Quïam Meftah du 35e Régiment du génie de combat, participant à l'essai, montre son masque à gaz C5B à l'extérieur de la hutte à gaz, le 29 novembre 2023, à l'installation d'entraînement au contrôle des dommages Galiano de la BFC Esquimalt. Photo : Peter Mallett/Lookout

Fonctionnement

According to Paul Bodurtha, of Research and Development for the Defense Canada, the main characteristic of the C5B respirator is the hood that is attached to the C5 standard gas mask currently used by the QMB throughout the country. Resembling an apiculturist's helmet, the hood provides an additional layer of protection to the traditional gas mask. The hood is sealed to the outside of the C5 mask with a rubber gasket and can be removed and stored in a luggage bag when not in use. The C5B is also equipped with a tightening cord that ensures airtightness around the head and neck to prevent any gas leakage.

The filtration membrane of the hood works in the same way as the C5B mask's filters, such as the N95 masks and medical masks, by eliminating the particles in the air. The hood is made of a textile impregnated with carbon and chemically absorbing, and is also worn on the C5B to add an additional layer of protection and tighten the C5B around the neck.

Le masque à gaz C5B et sa cagoule de protection ont été spécialement conçus pour les personnes portant la barbe, des coiffures religieuses (turbans, patkas ou hijabs), des cheveux longs et des traits de visage anormaux qui ne conviennent pas à un respirateur en service.

Les essais ont été effectués par une équipe de scientifiques du Centre de recherche de Suffield de Recherche et développement pour la défense Canada (RDDC), l'organisation scientifique et technologique du ministère de la Défense nationale, et du Groupe de protection CBRN du Collège militaire royal du Canada.

LOOKOUT

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

LookoutNewspaper.com

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

Leslie Eaton 250-363-8033
..... leslie.eaton@lookoutnewspaper.com

COMPTABILITÉ/RÉCEPTION

Trina Winters 250-363-3127

PUBLICITÉ

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

CONSEILLERS ÉDITORIAUX

Capt Christopher Dubé 250-363-4006
Ashley Evans
Rodney Venis 250-363-7060

Le LOOKOUT est publié tous les lundis, sous l'égide du Capv K. Whiteside, Commandant de la Base.

Published each Monday, under the authority of Capt(N) K Whiteside, 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



Thomas Goenczi

Collaborateur de Lookout

Nous avons tous été soumis à nos caprices, à des pulsions instantanées qui percolent jusqu'à l'avant-plan de notre esprit conscient. Lorsqu'elles se présentent, nous allons souvent de l'avant sans réfléchir. Lorsque nous pensons à l'impulsion, nous pensons souvent à des actions irréfléchies ; par exemple, lorsque nous commençons à ressentir les affres du silence autour de nous, nous saisissons impulsivement nos téléphones pour combler le vide. Cependant, l'impulsion ne se résume pas au résultat d'une action.

L'impulsivité présente deux caractéristiques distinctes : agir sans délibération appropriée et négliger un gain potentiel à long terme au profit d'une gratification à court terme. L'impulsion nous pousse à aller jusqu'au bout de ce que nous voulons, et nous obéissons.

La plupart d'entre nous ne se rendent pas compte qu'ils sont sous l'emprise de leurs impulsions. Nous suivons continuellement nos pulsions

sans but précis, sans nous soucier des conséquences à long terme. Au bout d'un certain temps, la soumission perpétuelle aux caprices nous conduit à nous laisser guider par des désirs irréfléchis. Nous développons une incapacité à retarder la satisfaction, ce qui nous conduit à remplir notre esprit, notre corps et notre âme de plaisirs vides.

Nous considérons souvent l'impulsion comme une suite comportementale à une action. Cependant, nous pouvons également être impulsifs d'un point de vue psychologique, par exemple lorsque nous nous critiquons nous-mêmes. Nous pouvons nous dire que nous ne sommes pas assez bons ou que nous ne pouvons pas atteindre notre potentiel, et que si nous le faisons, nous n'en serions pas dignes.

Nous devons être conscients de nos impulsions. Un excellent point de départ est de réfléchir à nos impulsions passées. Repensez aux moments où un sentiment de spontanéité vous a guidé et voyez comment cette décision vous a affecté au fil du temps - suivez le fil unique aussi loin que vous le jugez pertinent.

Une fois l'examen interne terminé, demandez-vous pourquoi vous avez suivi votre impulsion. Aviez-vous besoin d'une bouffée d'oxygène ? Aviez-

vous des difficultés avec vos proches ? Vous sentiez-vous déprimé ce jour-là et cherchiez-vous quelque chose pour vous en sortir ? Une fois que vous connaissez les conditions, vous pouvez reconnaître le contexte dans lequel votre impulsion se déclenche habituellement.

L'objectif du contrôle des impulsions ou du report de la satisfaction est de devenir conscient du carrefour des impulsions, de savoir quand nous devons ralentir lorsque nos pulsions se manifestent et faire consciemment un choix. C'est à ce moment-là que nous désarmons l'impulsion parce que nous nous sommes permis de choisir et de prendre le temps de délibérer. La réflexion sur l'impulsion a le potentiel de compenser la pression par la raison, l'intuition, la sensation et l'émotion.

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

Le contenu 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 prestataire de santé qualifié pour toute question relative à votre état de santé.

BROWN'S
The Florist
Since 1912

Downtown
250-388-5545

Sidney
250-656-3313

Westshore
778-433-5399

**MILITARY APPRECIATION
DISCOUNT 10% OFF**

brownsflorist.com

Stay Connected From a Distance With Flowers

**Working for our
community**

Mitzi Dean
MLA, Esquimalt-Metchosin

250-952-5885

#104-1497 Admirals Road

Mitzi.Dean.MLA@leg.bc.ca / MitziDean.ca



We thank you for your service.

**McCONNAN
BION
O'CONNOR &
PETERSON**
Lawyers

420-880 Douglas St,
Victoria, BC V8W 2B7

tel 250-385-1383
toll free 1-888-385-1383
fax 250-385-2841

mcbop.com

Un adieu sincère à un incroyable vétéran

**Major (retraité)
Murray Edwards
Repose en paix
Le 14 octobre 2023**

Peter Mallett
Rédacteur

Les médailles attachées à la veste de service verte de Murray Edwards scintillent au soleil de l'après-midi comme de précieux diamants.

Les membres du Princess Patricia's Canadian Light Infantry (PPCLI) d'hier et d'aujourd'hui se tenaient avec les amis de Murray Edwards à côté de l'ancien combattant de la Seconde Guerre mondiale et de la guerre de Corée, alors qu'il recevait son certificat de 90^e anniversaire du PPCLI.

Cette cérémonie était un moment émouvant pour apprécier Edwards, explique son meilleur ami, le capitaine de frégate (à la retraite) Peter Chance.

Edwards a servi pendant la Seconde Guerre mondiale, la guerre de Corée et la bataille de Kapyong, puis à Chypre et pendant la guerre des Six jours au Moyen-Orient. Il a pris sa retraite en 1969 et s'est installé dans la maison de soins de longue durée pour anciens combattants de Broadmead Care en 2015, peu après un accident vasculaire cérébral.

Le 14 octobre 2023, M. Edwards décède de causes naturelles à l'âge de 103 ans, dans sa maison du Veterans Memorial Lodge, à Saanich. Environ 150 personnes, dont des amis, des membres de la famille, des membres du personnel du Veterans Memorial Lodge et des résidents, se sont réunies pour un service commémoratif en l'honneur de M. Edwards le 7 novembre à la cathédrale Christchurch de Victoria.

Se souvenir de Murray

The Lookout s'est entretenu avec Chance à son domicile de Sidney pour évoquer l'impressionnante carrière d'Edwards.

"Murray et moi étions parmi les derniers vétérans de la Seconde Guerre mondiale", explique Chance, 103 ans. "Tous nos contemporains sont partis, et je ne connais plus personne d'autre."

Chance a également un incroyable héritage militaire. Au cours de sa

carrière de 30 ans dans la Marine royale du Canada, il a participé à la bataille de l'Atlantique, la plus longue campagne militaire continue de la Seconde Guerre mondiale, et a servi à bord de divers navires de guerre, dont le NCSM Skeena, le NCSM Seaciff et le NCSM Gatineau.

Chance et Edwards se sont immédiatement liés d'amitié en 1975. M. Edwards faisait du bénévolat dans le cadre du programme du corps de cadets à la BFC Esquimalt, tandis que M. Chance travaillait pour le Prix du duc d'Édimbourg. Chance est venu chercher du soutien à la base et a déclaré qu'avant même d'avoir pu cliquer des yeux, le programme avait l'appui d'un contre-amiral grâce à Edwards.

"Nous étions d'accord sur beaucoup de choses et nous étions toujours très sympathiques", a déclaré M. Chance. "Murray était une âme très chaleureuse et nous avons été des âmes sœurs pendant de nombreuses années."

La rapidité et la diligence n'ont rien de surprenant, puisque Chance a appris à connaître Edwards au fil des ans. Selon lui, Edwards était brillant et fiable dans l'accomplissement de ses tâches.

Seconde Guerre mondiale

Né dans le Cambridgeshire, en Angleterre, Edwards déménage avec sa famille à East Orange, dans le New Jersey. Il est assez âgé pour se souvenir d'avoir assisté à un défilé d'anciens combattants de la guerre de Sécession.

Alors que la Seconde Guerre mondiale fait rage, il commence son service militaire. En juin 1942, il se rend à Toronto pour s'enrôler dans l'armée canadienne, est sélectionné pour suivre une formation d'officier et

est promu lieutenant après avoir obtenu son diplôme.

Edwards passe une grande partie de la guerre à former d'autres soldats au sein du 2^e bataillon des Queen's Own Rifles, stationné à Aldershot (Nouvelle-Écosse). Il est ensuite nommé officier de renseignement pour la brigade du Pacifique. Il admet que le fait d'occuper un poste où il n'a jamais combattu lui a probablement sauvé la vie.

Toutefois, moins de dix ans plus tard, Edwards sera confronté à son lot de dangers sur les lignes de front d'une autre guerre.

Après la Seconde Guerre mondiale, Edwards quitte brièvement l'armée pour travailler à Postes Canada, mais sa carrière civile ne dure pas longtemps. En 1950, il s'engage à nouveau dans la

Force spéciale coréenne nouvellement créée par le Canada et devient membre du PPCLI. Après cinq mois en Corée, il est nommé quartier-maître de campagne du bataillon au quartier général tactique.

La main de l'écrivain

Depuis son enfance, tout au long de son service militaire et de sa retraite, Edwards est rarement vu sans un livre à la main. C'était un grand conteur et Shannon Donnelly, employée et amie du Veterans Memorial Lodge, s'en souvient comme d'un grand conteur. Beaucoup d'autres personnes se souviennent également de lui comme d'un "bouquiniste".

"C'était un homme incroyable, doté d'une intelligence hors du commun", a déclaré M. Chance. "C'était un excellent chercheur qui a publié plusieurs ouvrages didactiques au fil des ans, et c'était un excellent professeur et communicateur."

De nombreuses années après son retour de Corée,

Murray a publié deux livres contenant des récits complets, détaillés et historiquement exacts des événements rencontrés par son bataillon pendant la guerre de Corée. Ces ouvrages traitent notamment de la bataille de Kapyong, au cours de laquelle Edwards et le deuxième bataillon du PPCLI ont reçu la United States Presidential Unit Citation for Gallantry (citation présidentielle d'unité pour bravoure).

Ses livrets décrivent les plans de bataille du Canada, avec des photos de l'entraînement, des tactiques et de l'équipement. Plus important encore, ils ajoutent la perspective essentielle des "bottes sur le terrain" et les nombreux défis auxquels les soldats canadiens ont dû faire face en Corée.

Ils comprennent également le compte rendu détaillé d'Edwards à Kapyong et le cauchemar qui s'est déroulé sur la colline 677 en avril 1951. Kapyong est aujourd'hui considéré comme un moment décisif de l'histoire militaire canadienne, où 700 soldats canadiens ont été largement surpassés en nombre par les soldats nord-coréens et chinois qui avançaient, soit environ 60 000 soldats ennemis marchant sur les lignes alliées.

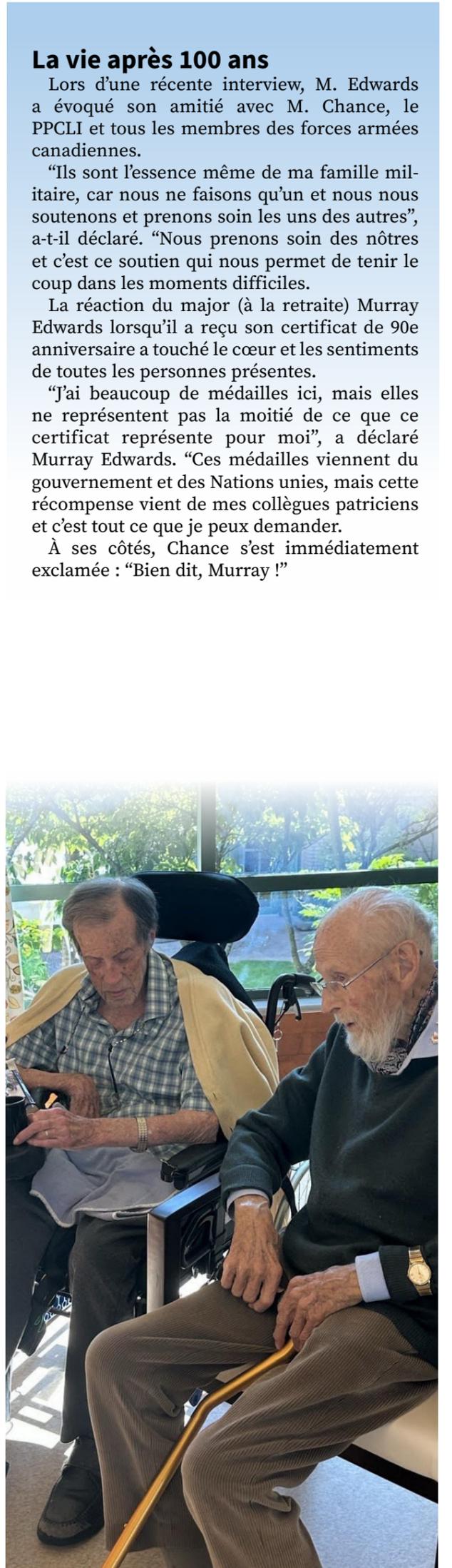
"Il s'agit d'un document historique, et j'ai réussi à le persuader d'envoyer des exemplaires de son livre et de ses documents au Musée national de la guerre", a déclaré M. Chance.

Tout au long des récits d'Edwards sur Kapyong et la guerre, ses écrits se concentrent toujours sur ce que les autres membres du PPCLI ont dû affronter. Et pourtant, Murray a rarement écrit sur lui-même, dit Chance.

"C'est le genre d'homme que Murray était, et je pense que les gens se souviennent surtout de son attention et de son souci pour les autres. La vie continue pour Chance, mais il admet que toutes ses affaires courantes sont bien pâles comparées au temps qu'il a passé avec Edwards."



Le PPCLI et le peloton de Murray Edwards, alors lieutenant, lors d'une avancée au début de mars 1951 pendant la guerre de Corée. Photo fournie



(à gauche) Le major (retraité) Murray Edwards et le commandant (retraité) Peter Chance se rencontrent au Veterans Memorial Lodge. Murray Edwards, ancien combattant de la Seconde Guerre mondiale et de la guerre de Corée, est décédé le 14 octobre. Il avait 103 ans.

Photo : Paul Seguna/Musée naval et militaire de la BFC Esquimalt

(en médaillon) Le Capitaine de frégate (retraité) Peter Chance lit un exemplaire du livre de Murray Edwards sur la guerre de Corée tout en discutant de la vie de son ami intime à son domicile de Sidney. Photo : Peter Mallett/Lookout Newspaper : Peter Mallett/Lookout Newspaper

La nouvelle peinture du musée, un clin d'œil au passé

Le HMS Griffin retourne à son port d'attache

Peter Mallett
Rédacteur

Le Musée naval et militaire de la BFC Esquimalt s'enorgueillit maintenant d'un autre ajout important à sa collection : une peinture historique du navire HMS Griffin de la Royal Navy (RN).

L'acrylique sur toile représentant le Griffin est une création de Hugh Knollys, ancien capitaine de corvette de la Marine royale et artiste maritime décédé en 2006.

Le tableau a été offert à Tatiana Robinson, conservatrice du musée, par Alan Dennis, dont le père, l'ancien capitaine de frégate John Alexander "Alec" Dennis, était un bon ami de Knollys.

"Le tableau est dans notre famille depuis des décennies, mais je sais que mon père serait heureux de savoir qu'il est revenu à la marine", a déclaré Alan Dennis.

Le Griffin était un destroyer de classe G mis en service pour la Royal Navy britannique en 1936. Le navire est devenu un destroyer d'escorte pour la Marine royale canadienne (MRC) et a été rebaptisé NCSM Ottawa en avril 1943.

Knollys se lie d'amitié avec John Dennis alors qu'il fréquente le Britannia Royal Naval College à Dartmouth en 1931. John Dennis ne sait pas exactement comment le tab-

leau est arrivé dans sa famille, mais il pense que son père l'a commandé à Knollys ou que ce dernier l'a offert à son père.

Mme Robinson a déclaré que les premières conversations au sujet du tableau avaient commencé avec M. Dennis au cours de l'été 2023, et qu'elle était ravie d'accepter le tableau dans la collection du musée.

"Le musée est ravi d'ajouter ce merveilleux tableau à sa collection", a-t-elle déclaré. "Il capture l'essence même du NCSM Ottawa H31 (à l'origine le HMS Griffin) en mer, tout en célébrant l'héritage de la Royal Navy et ses liens étroits avec la MRC.

Le Capitaine de frégate Dennis a servi 27 ans dans la Marine royale avant de prendre sa retraite en 1957 et d'immigrer au Canada peu de temps après. Pendant la Seconde Guerre mondiale, il a servi à bord des destroyers Griffin, HMS Savage et HMS Valorous. Après la guerre, il a servi sur le dragueur de mines HMS Tetcott. Il est décédé en 2008 à l'âge de 90 ans.

"Le HMS Griffin était considéré comme un navire chanceux et le seul de sa flottille à avoir survécu à la guerre, alors j'espère que l'Ottawa bénéficiera de la même chance dans ses voiles", a déclaré M. Dennis.



Alan Dennis presents a painting of Royal Navy vessel HMS Griffin to Tatiana Robinson, CFB Esquimalt Naval and Military Museum Curator, Nov. 17. Photo: Peter Mallett/Lookout



Le musée naval et militaire de la BFC Esquimalt est ouvert du lundi au dimanche de 10 h à 15 h 30.
Le musée est situé à l'intérieur de la porte Naden, et les visiteurs doivent présenter une pièce d'identité avec photo délivrée par le gouvernement avant d'entrer. Une fois la porte franchie, les flèches bleues sur la route vous guideront vers le musée.

Pour en savoir plus, visitez le site navalandmilitarymuseum.org.



RAVENLINE ESTATES
1291 Craigflower Road, Victoria BC

BRAND NEW JUNIOR 2 & 3 BEDROOM SUITES
STARTING FROM \$2,425/MONTH

PROPERTY FEATURES

- 5 min walk to the ocean
- Pet friendly
- Bicycle storage
- Balconies on every suite
- Dishwashers
- New appliances



Devon
PROPERTIES



INTERESTED? LET'S CONNECT
250.886.9616
ravenline-manager@devonproperties.com

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.

25 ans

de dons

Peter Mallett
Rédacteur

Les marins du NCSM Regina ont égayé une autre période des fêtes pour les jeunes patients de l'hôpital général de Victoria (VGH) en livrant un grand nombre de jouets.

Cette année, lors de la 25e collecte de fonds annuelle pour le VGH Child Youth Family Department, le navire a fait don de jouets et de cartes-cadeaux d'une valeur de 4 000 \$ par l'entremise de l'organisme de bienfaisance Dave Barber. Cette fondation honore la mémoire du matelot-chef Dave Barber, ancien technicien en contrôle de tir et en radar du NCSM Regina, décédé d'une leucémie en 1997.

Le Matc Zachary Kowalchuk, préposé à l'entretien du contrôle des tirs au NCSM Regina, a organisé l'initiative de bienfaisance de cette année. Il affirme que le fait de jouer au père Noël et de répandre un peu de joie auprès des jeunes qui subissent un traitement médical est très gratifiant pour lui et pour l'équipage du navire.

“Le personnel de l'hôpital a été ravi du don et a apprécié nos efforts lorsque nous avons déposé les jouets à l'hôpital. Nous savons que les enfants ont adoré leurs cadeaux”, a déclaré le capitaine Kowalchuk.

Le personnel du VGH a fourni à l'équipe une liste de souhaits pour les enfants, et c'est à eux qu'il

incombait de faire les courses et de déposer les jouets. La première livraison de jouets a eu lieu au début du mois de novembre, et un deuxième lot a été donné au début du mois de décembre. Les cadeaux comprenaient des casques de réalité virtuelle, des Lego, des poupées Barbie, divers jouets de super-héros, des livres et des cartes-cadeaux d'Amazon, de Sephora et de Starbucks, tous des articles que les enfants et les jeunes avaient espérés.

Le MS Kowalchuk et ses camarades de bord ont participé à de nombreuses initiatives visant à mettre en lumière cette collecte de fonds. L'un des efforts les plus importants a consisté à organiser un tournoi de golf de bienfaisance à l'automne au Metchosin Golf and Country Club, sous la direction du Matc Kowalchuk et du Matelot de première classe Billy Turner. Parmi les 70 participants, on comptait des membres actuels et anciens de la Marine royale du Canada et des amis de Dave Barber.

Les dons de l'équipage du navire et de ses trois mess ont également contribué à la campagne, tout comme les recettes des barbecues hebdomadaires organisés chaque année par l'École de la flotte navale (Pacifique). Le Matc Kowalchuk a remercié tout particulièrement le Matc Kayleigh Ferris, qui a beaucoup travaillé à l'entretien du barbecue de l'École navale du Pacifique.



Angela Morehouse (à gauche), Diane Edwards (deuxième à partir de la droite) et Daniella Palmieri (à droite), membres du personnel du service de la vie de l'enfant de l'hôpital général de Victoria, acceptent une livraison de jouets et de cartes-cadeaux d'une valeur de 4 000 \$ de la part du matelot-chef Kayleigh Ferris, de l'École de la flotte navale (Pacifique), et des membres du NCSM Regina, le matelot de première classe Billy Turner, le premier maître de deuxième classe Trevor Moore et le matelot de première classe Zachary Kowalchuk. Les fonds recueillis pour ce don proviennent de l'organisme de bienfaisance Dave Barber, nommé en l'honneur de l'ancien technicien de contrôle des tirs et des radars du navire, décédé d'une leucémie en 1997. Crédit : NCSM Regina

STRATÉGIE POUR LA SANTÉ ET LE BIEN-ÊTRE DE FMAR(P)



Dr. Taslim Alani-Verjee
jeudi,
25 janvier
de 10 h à 11 h 30 (HNP)

Joignez-vous au Bureau des conférenciers de la Stratégie de santé et de bien-être des FMAR(P) en partenariat avec le Groupe consultatif des minorités visibles de la Défense (GCMVD) pour explorer

Rejoignez-nous sur votre ordinateur l'application mobile ou l'appareil de salle

Identifiant de la reunion :

292 728 775 773

Code d'accès :

LboBR5

Pour plus d'informations, veuillez contacter:

Maryse Neilson – Maryse.Neilson@forces.gc.ca – (250) 363-5680



Second World War veteran Iona (R) with Veterans Memorial Lodge Executive Director Janet (L).

Visit www.broadmeadcare.com/thankuary to learn more!

Thanks to YOU!

Your generosity has made a world of difference for the people who live and work at Veterans Memorial Lodge.

BECKLEY FARM LODGE | HARRIET HOUSE | NIGEL HOUSE
REST HAVEN LODGE | VETERANS HEALTH CENTRE
VETERANS MEMORIAL LODGE

Broadmead Care Society is a registered charity.
#129290383 RR0001

Broadmead Care
Where Love, Life and Living Matter

**GO
BOLD**

**2024 Eclipse Cross
ES S-AWC**



OWN FOR
\$98
WEEKLY*

FOR
96
MONTHS

AT 7.97% APR
WITH
\$0
DOWN*

TEST DRIVE TODAY

- / Super All-Wheel Control (S-AWC) with Drive Mode Selector
- / Forward Collision Mitigation (FCM)
- / Rain-Sensing Windshield Wipers
- / 8" Smartphone-link Display Audio with Android Auto™ & Apple CarPlay®
- / Heated Front Seats
- / Rearview Camera



**VICTORIA
MITSUBISHI**

3342 Oak Street, Victoria, BC, V8X 1R1
victoriamitsubishi.ca
(250) 220-8100

Célébration de la musique, de la générosité et de l'esprit communautaire



L'orchestre du NCSM Tecumseh, y compris des invités de la Musique nationale de la Réserve navale, conclut le concert de Noël du centenaire le 3 décembre au Webber Academy Performing Arts Theatre à Calgary (Alberta). Photo : Matelot-chef Janeil Lentz, représentante des affaires publiques de l'unité, NCSM Tecumseh.

SLt Gulshan Sharma
NCSM Tecumseh

La Musique du Navire canadien de Sa Majesté (NCSM) Tecumseh a fait équipe avec la Musique nationale des invités de la Réserve navale pour orchestrer un concert de Noël magique au Webber Academy Performing Arts Theatre, à Calgary, pendant la période des Fêtes.

Ce concert marquait le centenaire de la Réserve navale et du NCSM Tecumseh, et la 23e édition de leur célébration festive annuelle.

C'était également la première fois que le concert avait lieu dans un auditorium, s'éloignant ainsi du terrain familier du pont de parade du NCSM Tecumseh.

Le 23e concert annuel de l'orchestre du NCSM Tecumseh a été un événement spectaculaire et familial qui a mis en valeur le talent musical, l'esprit communautaire et la générosité des Calgariens. La réponse de la communauté a été extraordinaire, les billets ayant été vendus avant le concert du

3 décembre. La retransmission en direct a permis à un public international de prendre part à cette joyeuse célébration et de contribuer à la cause.

Le matelot-chef Brandi Sidoryk et le matelot-chef Lisa Foggin ont mis à profit non seulement leurs talents musicaux, mais aussi leurs compétences en matière de leadership et d'organisation pour donner vie au concert. Toutes deux sont des membres dévoués de la fanfare du NCSM Tecumseh et de la fanfare nationale de la réserve navale.

Le Matc Sidoryk, en tant que producteur du concert, a élaboré un programme varié qui mettait en valeur la polyvalence de l'orchestre. Le concert comprenait un orchestre de concert, un orchestre de jazz, un ensemble de flûtes, des chanteurs et un ensemble de cuivres, qui ont captivé le public dans le théâtre et en ligne avec des classiques de Noël tels que Let It Snow, Let It Snow, Let It Snow, Feliz Navidad, I'll be home for Christmas, My Favorite Things, et O Holy Night, ainsi que A Centennial Celebration, Wavy Navy, Marching Upon the Seas pour

célébrer le centenaire de la Réserve navale et du NCSM Tecumseh. Pendant l'entracte, les familles ont pu déposer des sucres d'orge sur un arbre de Noël géant et prendre des photos avec le Père et la Mère Noël.

Le Matc Foggin a dirigé la collecte de dons pour la banque alimentaire de l'Association des anciens combattants (VAFB). Elle a incité les participants à ouvrir leur cœur et leur portefeuille pour soutenir la VAFB. La générosité du public a été impressionnante, puisqu'environ 1 500 dollars ont été collectés en espèces et en ligne pendant le concert. Le Capitaine de frégate Andy Paschke, commandant du NCSM Tecumseh, a remis les dons en espèces à M. Charles Redeker, président de la VAFB de Calgary.

Après le concert, les membres de la fanfare du NCSM Tecumseh, sous la direction du matelot Foggin, ont chargé une camionnette de marchandises et l'ont livrée à la VAFB. L'association, gérée par Veterans for Veterans, fournit un soutien essentiel aux militaires et au personnel d'urgence de première ligne, quel que soit leur statut de

service.

Le VAFB, qui se consacre au service de ceux qui ont servi la nation, dépend du soutien financier et des dons pour remplir sa mission. Les généreuses contributions du concert permettront d'acheter des denrées périssables et d'apporter une aide indispensable aux vétérans et aux héros de première ligne.

“Nous sommes reconnaissants d'avoir pu jouer un petit rôle pour les aider”, a déclaré le groupe. Ce soutien sincère s'inscrit dans l'engagement de la banque alimentaire à traiter les clients avec dignité et respect, en veillant à ce qu'ils reçoivent l'aide dont ils ont besoin.

L'engagement du HMCS Tecumseh Band envers la musique, la communauté et la philanthropie trouve un écho auprès des Calgariens. La 23e édition s'est peut-être écartée de la tradition, mais elle a certainement renforcé l'esprit durable de la fanfare et son engagement à avoir un impact positif, tant dans le monde de la musique que dans la vie de ceux qu'elle cherche à soutenir.



NDP Critic for
Food Price Inflation,
Agriculture and Agri-Food,
Deputy Critic for Justice

Alistair.macgregor@parl.gc.ca
250-746-4896
Toll free: 1-866-609-9998

Alistair MacGregor
MP COWICHAN-MALAHAT-LANGFORD

www.lookoutnewspaper.com

NDP

Here to provide the assistance you need.

Contact my office with your questions about:

- Phoenix payment issues
- Veterans Affairs Canada
- Service Canada and CRA
- Local and provincial contacts
- Immigration-related issues
- Federal COVID-19 benefits for individuals, businesses, non-profits.



Laurel Collins
MP for Victoria

Laurel.Collins@parl.gc.ca
250-363-3600

[/CollinsLaurel](#)
[@Laurel_BC](#)
[@laurelndp](#)

Connecter Esquimalt, du bateau au rivage.



the LOOKOUT
NEWSPAPER & PUBLISHING

Équipe de sécurité navale



L'équipe de sécurité navale a remis des certificats de réussite militaire lors d'une récente cérémonie.



BRAVO ZULU

École de la flotte navale (Pacifique)

Cérémonie de remise des diplômes du cours d'opérateur d'information de combat naval de niveau de qualification trois, le 30 novembre 2023.

Toutes les photos : Caporal William Gosse, Imagerie des FMAR(P)



Le matelot de troisième classe Soubry reçoit une plaque pour avoir obtenu le titre de meilleur candidat.



Le matelot de troisième classe Soubry reçoit un certificat de meilleur élève.



Le matelot de troisième classe Soubry reçoit un certificat pour avoir obtenu la qualification.



Le matelot de troisième classe Waugh reçoit un certificat pour avoir obtenu la qualification.



Le matelot de troisième classe Sumera reçoit un certificat pour avoir terminé sa qualification.



Le matelot de troisième classe Lillew reçoit un certificat pour avoir terminé sa qualification.



Le matelot de troisième classe Rees reçoit un certificat pour avoir obtenu sa qualification.



Le matelot de troisième classe Hale reçoit un certificat pour avoir complété la qualification.

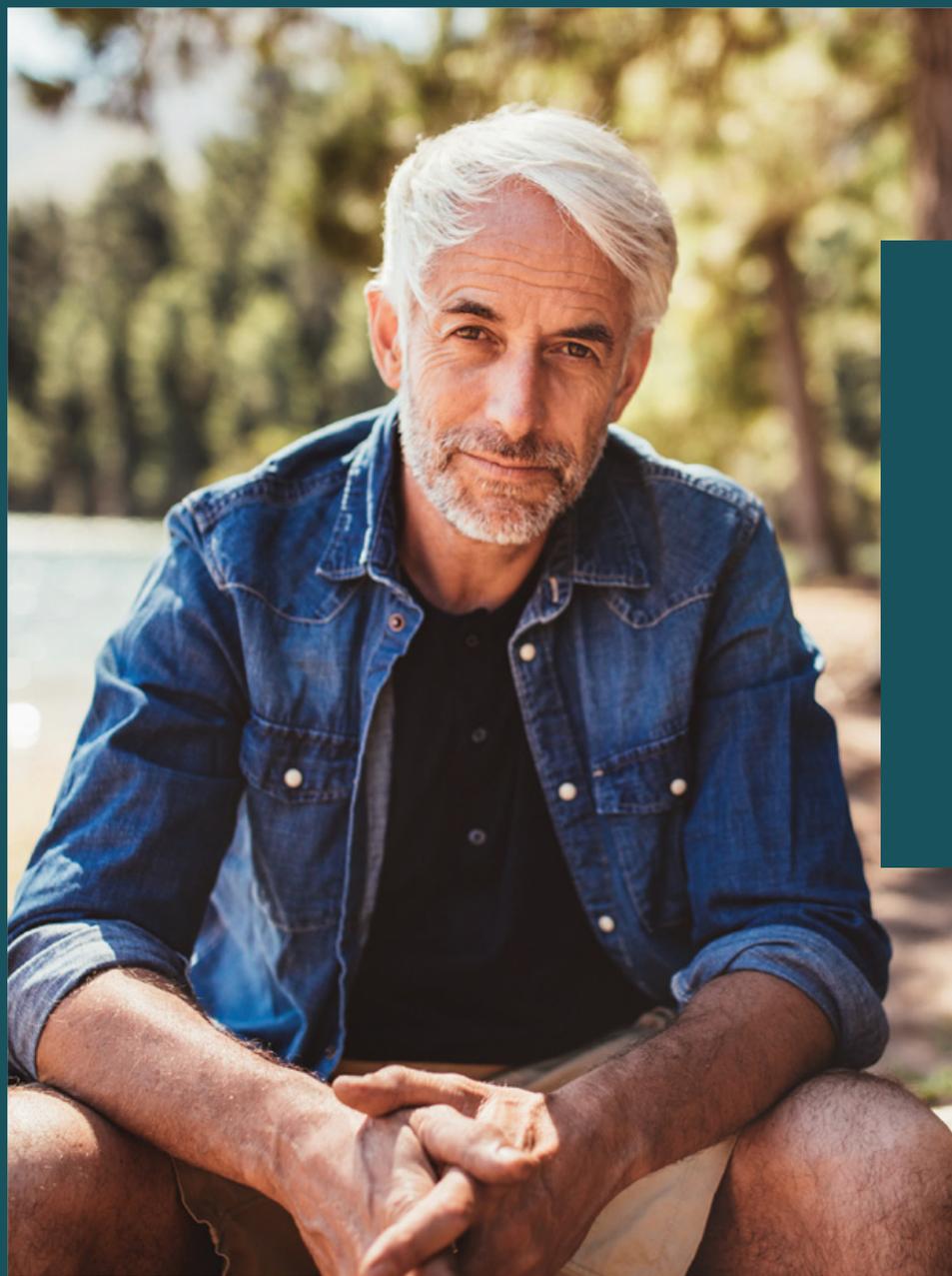


Le matelot de troisième classe Gorkavenko reçoit un certificat pour avoir terminé sa qualification.



Le matelot de troisième classe Costales reçoit un certificat pour avoir complété la qualification.





Sunshine Coast
Health Centre

Georgia Strait
WOMENS CLINIC

DISCOVER OUR GENDER-SPECIFIC NON-12 STEP RECOVERY

IN POWELL RIVER, BC, CANADA

Sunshine Coast Health Centre and Georgia Strait Womens Clinic are

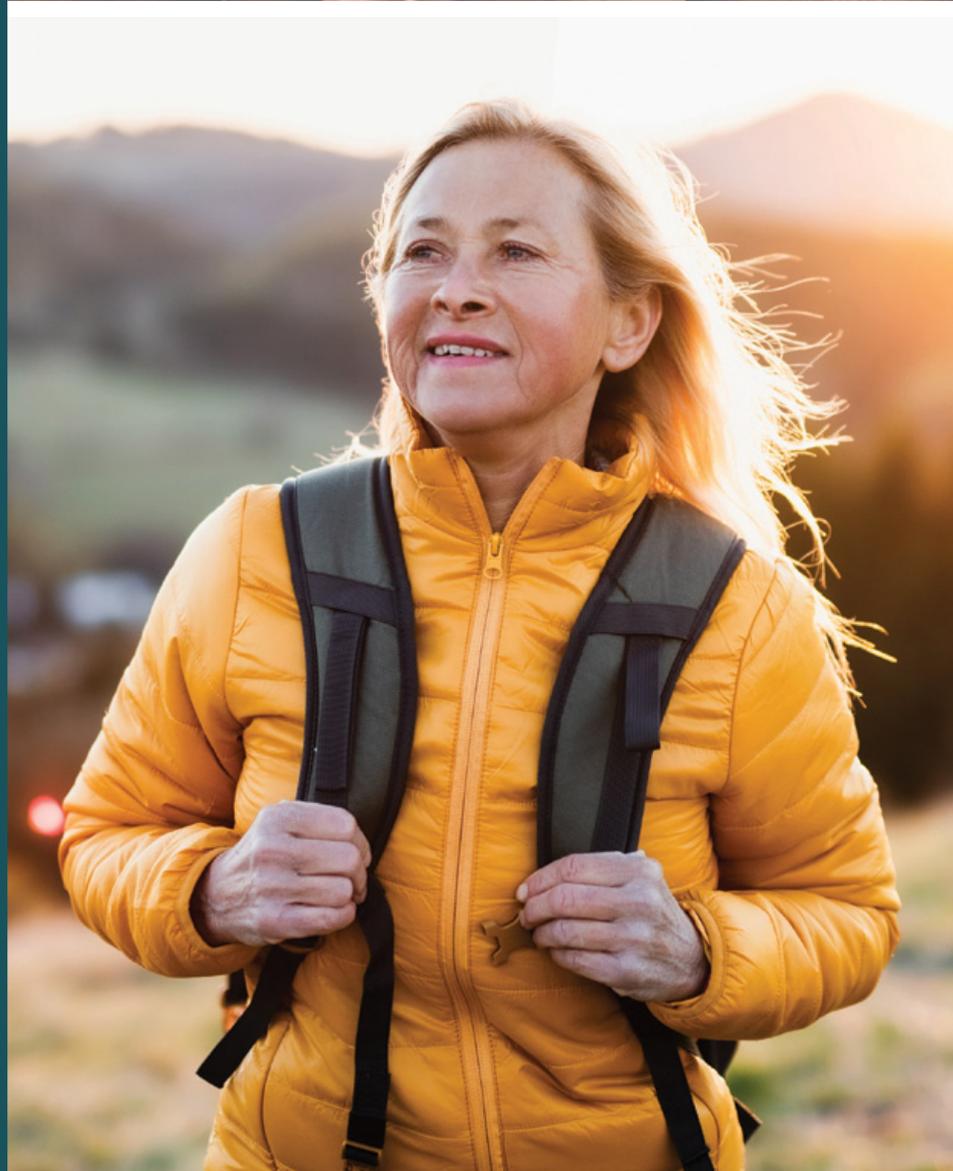
registered B Corp, licensed, and accredited mental health facilities that use an evidence-based, non-12-step, meaning-centred, strengths-based approach that interconnects all our services and therapies including medical withdrawal, anger management, rTMS, trauma therapy, and PTSD treatments.

Our gender-specific* programs provide a safe space for clients to get help with underlying issues driving trauma, mental health suffering, or addictive behaviour that can be hard to address in co-ed environments. Moving beyond a focus on abstinence and symptom reduction allows clients to experience the full, transformative benefit of our treatment programs.

**Individuals attend the program with the gender they identify as or, for gender fluid and non-binary individuals, the program they are most comfortable and safe in. Our admissions coordinators will work with prospective clients to determine which program is the best fit.*

SCHC.CA | 1.866.487.9010

GSWC.CA | 1.866.487.9040



MEDICAL WITHDRAWAL • ANGER MANAGEMENT • rTMS • TRAUMA THERAPY • PTSD TREATMENTS