

Buying or Selling?

I can help!

CHRIS ESBATI

Knowledgeable Trustworthy
Dedicated

RE/MAX
CAMOSUN

250.744.3301
chris@victoriaforsale.ca

victoriaforsale.ca



VOLUME 69 NUMÉRO 1 | 15 AVRIL, 2024
JOURNAL - NOUVELLES MORAL ET BIEN-ÊTRE | BFC ESQUIMALT, C.-B.

LOOKOUT

JOURNAUX ET ÉDITION



NTOG

prend son envol !

Le Commodore David Mazur (au centre), commandant de la Flotte canadienne du Pacifique, lance à la main un système aérien non habité Teal 2 lors de sa visite au cours de formation des formateurs qui se tient au Camp Albert Head, à la BFC Esquimalt, le 13 mars.

Photo : Caporal (Cpl) Jay Naples, Services d'imagerie des FMAR(P)

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



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

CANEX
A Division of CEMWS
Une division des SBMEC

CANADA'S MILITARY STORE

CANEX.CA

1343 Woodway Rd., Esquimalt 250.388.6428



ISLAND OWNED AND OPERATED
SINCE 1984.

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



**2024 Outlander PHEV
LE S-AWC**

**MAKE NEW
TRACKS**

LEASE FOR

\$99 WEEKLY* AT **8.03%** FOR **59** MONTHS

WITH \$3,000 DOWN*

MSRP: \$57,411 | SAVINGS: \$4,411 | NOW PRICE: \$53,000

AND

GET GOVERNMENT EV REBATES UP TO **\$7,000** SUBJECT TO ELIGIBILITY*

**TEST DRIVE
TODAY**

SCAN HERE
FOR DETAILS



**Best-selling plug-in hybrid
in Canada**

- / PHEV Twin Motor System
- / Innovative Pedal (One-Pedal Driving)
- / 7 Passenger Seating (5+2)
- / Power Panoramic Sunroof with Sunshade
- / 9" Smartphone Link Display Audio with Android Auto™ & Apple CarPlay®
- / 671 km of Combined Range**
- / 3-Zone Automatic Climate Control
- / Multi View Camera System
- / Super All-Wheel Control (S-AWC) with Drive Mode Selector (ECO/NORMAL/SNOW/GRAVEL/TARMAC/MUD/POWER)



**VICTORIA
MITSUBISHI**

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

*\$99 weekly is equal to \$198 bi-weekly. Offer based on Stock No. 301672. \$198 bi-weekly payment for 59 months, with \$3,000 down, or equivalent trade, 8.03% A.P.R. financing, on approved credit, and 12,000km per year. Lease end residual is \$25,990. MSRP is \$57,411. Selling price is \$53,000 and does not include provincial & federal rebates, including \$7,000 EV rebate. Payment is net of all available manufacturer and dealer incentives and all provincial & federal rebates, including \$7,000 EV rebate, subject to eligibility. Payment and selling price includes freight & air tax but do not include taxes, \$995 documentation, PPSA fees and \$595 finance placement fee (if financing or leasing), and licensing. Exact vehicle not shown. Terms and conditions apply. Offer expires April 30, 2024. See dealer for details. **EV range varies by model. Model shown has an estimated combined range of 671km and is calculated via peak performance of the electric motor(s) at peak battery power. Actual range varies with conditions such as external environment, vehicle use, driving behaviours, vehicle maintenance and lithium-ion battery age and state of health.



Le Commodore David Mazur, commandant de la Flotte canadienne du Pacifique, fait fonctionner un système aérien sans équipage Teal 2 lors de sa visite au cours qui se tient au Camp Albert Head, à la BFC Esquimalt, le 13 mars. Photo : Sergent Malcolm Byers, Services d'imagerie des FMAR(P)

La MRC présente un nouvel aéronef sans pilote

S1 Bradley Van Buul
NTOG

Les marins de la Marine royale canadienne (MRC) disposeront bientôt d'un nouveau système d'aviation sans pilote (UAS) dans leur boîte à outils pour l'inspection et la surveillance en mer.

Huit membres du groupe des opérations navales tactiques (NTOG) de la BFC Esquimalt ont été les premiers de la flotte du Pacifique à tester cette nouvelle technologie.

Les étudiants ont récemment achevé trois jours d'instruction et de test du drone Teal 2. Le Teal 2 est un drone de petite taille spécialement conçu comme outil d'inspection pour les endroits difficiles d'accès autour d'un navire, y compris les zones en hauteur comme le mât et les antennes. Il peut également être utilisé pour la recherche et le sauvetage ou pour des scénarios de personnes à la mer.

Le capitaine de corvette Sean Kelly, officier des opérations du NTOG, explique que le renseignement, la surveillance et la reconnaissance (ISR) sont actuellement assurés par les capteurs du navire ou par un hélicoptère maritime embarqué.

“Les UAS embarqués permettront à n'importe quel navire, qu'il soit équipé d'un avion conventionnel ou non, de disposer d'une capacité ISR accrue”, a déclaré le capitaine de corvette Kelly. “L'équipe de NTOG se réjouit à l'idée de poursuivre la formation à mesure que nous étendons les capacités des UAS dans les missions et les tâches quotidiennes.”

La formation initiale du cadre de Teal 2 s'est déroulée au centre d'entraînement Albert Head à Metchosin, en Colombie-Britannique, au cours de la semaine du 10 mars. Les instructeurs de RMUS Canada, un fournisseur de systèmes d'aéronefs téléguidés basé à Toronto, ont dirigé la formation.

Le Teal 2 est fabriqué par Teal Drones, un contractant du ministère de la défense des États-Unis. Il est doté d'un capteur d'imagerie thermique à haute résolution et peut s'intégrer à des applications tierces d'intelligence artificielle et de vision par ordinateur, permettant ainsi la cartographie en 3D et l'acquisition de cibles.

Selon son fabricant, la taille compacte et la conception robuste du Teal 2 permettent au système d'être transporté

dans un sac à dos et d'être déployé dans les conditions les plus difficiles. L'UAS pèse moins de 1,25 kg, peut atteindre une vitesse maximale de 37 km/h, a une portée de 5 km, une durée de vol de 30 minutes et peut fonctionner à des températures comprises entre -35,6° et 43,3°C.

Les étudiants qui ont suivi le cours initial sont membres de la section des systèmes non hélicoptères du NTOG et sont familiarisés avec l'utilisation d'autres systèmes UAS, explique le Capitaine de corvette Kelly. Les systèmes non hissés sont des véhicules aériens, terrestres ou marins sans personne à bord. Leur formation comprenait à la fois un apprentissage en classe et des exercices pratiques, notamment le vol, la découverte et l'utilisation des capacités du Teal 2.

Des cibles ont été placées autour de la zone d'entraînement afin que les élèves puissent développer leur motricité fine. L'objectif des opérateurs était de manœuvrer le drone de manière à ce que la caméra puisse obtenir une image claire du point d'intérêt. Il s'agissait de fouiller des voitures en stationnement, d'inspecter des poteaux d'éclairage pour simuler le mât d'un navire et de balayer les côtes et les plages avoisinantes.

Le Commodore David Mazur, commandant des forces maritimes du Pacifique, a visité les terrains d'entraînement le 13 mars pour s'essayer à quelques-uns des tests que les opérateurs effectuent sur leur parcours.

Le NTOG a organisé une formation pour les marins à bord du NCSM Montréal et du NCSM Margaret Brooke du 2 au 5 avril, et d'autres formations sur les deux côtes sont prévues dans les semaines à venir. À l'issue de la formation, chaque navire recevra deux nouvelles unités Teal 2. La prolifération complète des UAS est attendue à bord de tous les navires de la MRC d'ici l'été. La marine envisage déjà l'introduction de capacités UAS à bord de ses nouveaux navires de patrouille extracôtiers de l'Arctique, et le programme de renseignement, de surveillance, d'acquisition d'objectifs et de reconnaissance de la MRC devrait permettre la mise en service d'un UAS plus grand et à plus longue portée dans quelques années, a déclaré le Capitaine de corvette Kelly.



Photo de groupe du cours de formation des formateurs du système aérien non armé de Sarcelles. Photo : Caporal (Cpl) Jay Naples, Services d'imagerie des FMAR(P)

Événement

Brûleur de Grange

★ CONVIVIAL POUR LA FAMILLE
★ MUSIQUE COUNTRY !

★ TENUE DE COW-BOY RECOMMANDÉE !

L'équipage du NCSM Calgary vous invite à venir célébrer le 29e anniversaire de la mise en service de notre navire.

**SAMEDI 11 MAI
BFC ESQUIMALT
GUNROOM
1800-2400HRS**

Rejoignez-nous et montrez votre soutien à la Calgary Firefighters Burn Treatment Society.

ÉQUITATION DE TAUREAUX MÉCANIQUES DU NCSM CAL

Venez profiter

- ★ du taureau mécanique
- ★ de la musique country
- ★ du DJ professionnel
- ★ du karaoké
- ★ du photomaton
- ★ des camions de nourriture locaux
- ★ de divers jeux

Tentez votre chance au tirage de billets 50/50 ou à l'encan silencieux pour gagner des prix impressionnants !

Les repas servis dans les camions de nourriture sont à acheter, ils ne sont pas fournis.

Prix du Billet : 28 \$ / Prix à la porte: 30 \$ en espèces uniquement
PAIEMENT EN ESPÈCES AU LT(N) KIMMERLY DANS LE BÂTIMENT D83 OU PAR VIREMENT ÉLECTRONIQUE À HMSCALGARYBARNBURNER2024@GMAIL.COM
(doit inclure les noms des participants) jusqu'à épuisement des stocks.

TOUS LES BÉNÉFICES DE LA VENTE DE BILLETS, DES ENCHÈRES SILENCIEUSES ET DU TIRAGE AU SORT 50/50 SERONT REVERSÉS À LA SOCIÉTÉ DE TRAITEMENT DES BRÛLURES DES POMPIERS DE CALGARY.

PRINTEMPS/ÉTÉ 2024 COURS DE PROMOTION DE LA SANTÉ

Stress : Ça se combat!

4 sessions
08:30 - 12:00 4 x Demi-journée
• 9, 16, 23, 30 mai
• 11, 18, 25 juillet & 1 août

Cours; Gérer les moments de colère

4 sessions
08:30 - 12:00 4 x Demi-journée
• 13, 20, 27 juin, 4 juillet

Force Mentale et Sensibilisation au Suicide

1 journée complète
08:30 - 16:00
• 8 avril • 13 mai • 10 juin • 15 juillet

Respect dans le FAC

1 journée complète
08:30 - 16:00
• 17 avril • 15 mai • 19 juin
• 24 juillet • 21 août



POUR OBTENIR LA DESCRIPTION DE TOUS LES COURS, VISITEZ LE SITE :



cfmws.ca/support-services/health-wellness/health-promotion

INFORMATION OU INSCRIPTION, CONTACTEZ-NOUS :
lisa.jeffry@forces.gc.ca Tel: 250-363-5621

Insta: @pspesquimalt_hp



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

LookoutNewspaper.com

LookoutNewspaperNavyNews LookoutNavyNews

ÉDITEUR EN CHEF

Jazmin Holdwayjazmin.holdway@forces.gc.ca

ÉDITEUR

Kate Bandura..... 250-363-3130

.....kateryna.bandura@forces.gc.ca

RÉDACTEUR

Peter Mallettmallett.peter@cfmws.com

PRODUCTION

Teresa Laird production@lookoutnewspaper.com

Leslie Eaton.....250-363-8033

.....leslie.eaton@lookoutnewspaper.com

PUBLICITÉ

Joshua Buck..... 778-977-5433

..... sales@forcesadvertising.com

CONSEILLERS ÉDITORIAUX

Capt Christopher Dubé250-363-4006

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.



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



SSPT : Flashbacks dissociatifs

Thomas Goenczi

Contributeur Lookout

Les flashbacks post-traumatiques peuvent survenir à tout moment. Nous ne savons jamais vraiment quand ils peuvent survenir ou ce qui peut les déclencher, et si nous sommes quelque peu conscients de nos déclencheurs, nous sommes poursuivis par une crainte persistante.

Cette conscience aiguë et permanente de nos déclencheurs peut souvent affirmer l'évitement, que nous considérons dans une certaine mesure comme une protection. Mais lorsque nous nous protégeons par l'évitement, nous nourrissons en fait notre anxiété à l'égard des flashbacks, et le fait d'éviter perpétuellement les flashbacks peut les rendre plus graves et plus catastrophiques. Nos sens, nos émotions et nos pensées sont tellement exacerbés que nous ressentons le besoin d'échapper à la reviviscence du traumatisme, tout autant qu'au traumatisme lui-même.

La dissociation est une déconnexion de la réalité. Lorsque nous nous dissocions, nous ne sommes pas ancrés dans nos pensées, nos sens, nos émotions, notre intuition ou même ce que l'on peut appeler notre identité. D'une certaine manière, nous nous échappons de nous-mêmes et vivons dans un autre monde.

Nous faisons tous l'expérience d'une certaine forme de dissociation ; nous le remarquons lorsque nous rêvons ou que nous nous éloignons de la réalité. Nous avons l'impression de flotter en dehors de la réalité. Nous ne sommes pas ancrés dans quoi que ce soit qui puisse nous ramener au moment présent. Une bonne représentation de l'état dissociatif est cet état mi-éveillé mi-rêvé, où il semble que nous ayons une certaine influence sur l'environnement que notre inconscient nous a présenté.

Ces dissociations plus subtiles ne sont pas si alarmantes car nous pouvons nous en détacher rapidement. Par exemple, lorsque nous nous surprenons à rêvasser, nous pouvons presque instantanément revenir à la réalité. Cependant, l'intensité de la dissociation lors d'un retour en arrière traumatique est plus forte. Parfois, ces épisodes peuvent durer des minutes, des heures, voire des jours.

Dans ces flashbacks, nous nous sentons engourdis, déconnectés et désorientés. Nous voyons le traumatisme que nous avons subi dans ce qui semble être une perspective à la troisième personne. Nous sommes de retour dans le traumatisme, nous le revivons, mais en même temps, nous le vivons comme si nous étions une mouche sur le mur. Nous n'avons aucune influence ; nous ne pouvons

pas reconstruire ou aider la situation, ce qui engendre un sentiment d'impuissance.

L'un des obstacles les plus difficiles à surmonter lors du traitement d'un retour de flamme traumatique est de travailler sur les épisodes dissociatifs. Nous sommes tellement submergés émotionnellement et mentalement par ce qui s'est passé que nous avons tendance à nous engourdir. Il peut être particulièrement difficile de sortir de cette situation, car il faut accepter ce qui s'est passé pendant le traumatisme. Cependant, lorsque nous avons le courage d'aborder les flashbacks traumatiques, nous pouvons atténuer l'engourdissement dissociatif et enfin traiter les émotions et les pensées liées au traumatisme.

Thomas Goenczi est un vétéran 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 soins qualifié pour toute question relative à votre état de santé.



COLDWELL BANKER OCEANSIDE
Victoria BC, Canada



ELYSIA ALLEN
250-882-8938

Elysia@ElysiaAllenHomes.com
ElysiaAllenHomes.com

Photo : Mona Ghiz

Le NCSM Max Bernays prêt pour l'exercice du groupe opérationnel



Peter Mallett
Staff Writer

Le troisième navire de patrouille extracôtier et arctique (AOPV) de la Marine royale canadienne (MRC) s'apprête à participer à son premier exercice naval avec des navires de la flotte du Pacifique.

Peu après son arrivée, le NCSM Max Bernays participera à l'exercice du groupe opérationnel (TGEX) 24-01 avec la frégate de classe Halifax NCSM Vancouver, les navires de classe Kingston NCSM Edmonton et Yellowknife, et l'unité de ravitaillement naval (NRU) Astérix. L'exercice se déroulera du 22 avril au 3 mai dans le détroit de Juan de Fuca, la mer des Salish et au large de la côte ouest de l'île de Vancouver.

Le TGEX 24-01 implique également des membres de l'unité de plongée de la flotte (Pacifique), du groupe d'opérations tactiques de la marine et du 443e escadron d'hélicoptères maritimes, a confirmé le capitaine de corvette Ben Scott, officier supérieur d'état-major de la Flotte canadienne du Pacifique.

“L'objectif du TGEX 24-01 est d'améliorer les compétences tactiques de plusieurs navires simultanément, afin de les préparer à l'opération Rim of the Pacific (RIMPAC) et aux déploiements dans l'Indo-Pacifique et dans l'Arctique qui auront lieu plus tard cette année”, a déclaré le capitaine de corvette Scott.

Le Max Bernays et son équipage devraient arriver à Esquimalt à la mi-avril, après avoir quitté Halifax le 11 mars. Le navire a célébré son passage à travers le canal de Panama et dans les eaux du Pacifique le 24 mars. Le capitaine de corvette Clayton Erickson, commandant en second du navire, a confirmé une

escale de ravitaillement à San Diego entre le 4 et le 7 avril. Le navire s'est arrêté à San Francisco du 9 au 12 avril pour le repos de l'équipage et des engagements de soutien avec les représentants des gardes-côtes américains.

L'excitation continue de monter pour le Capitaine de corvette Erickson et son équipage à l'approche du moment tant attendu du passage de Duntze Head et de l'accostage à l'arsenal.

“C'est un sentiment très particulier et une grande fierté que de participer à l'arrivée de ce nouveau navire et de son groupe de marins incroyablement talentueux et motivés au sein de la flotte du Pacifique”, a-t-il déclaré.

Le navire quittera Esquimalt le 1er mai après d'importants travaux de maintenance, rejoindra les navires TGEX le 2 mai avant d'entrer dans le port de Vancouver pour une cérémonie de mise en service qui aura lieu le 3 mai pendant la semaine de la flotte.

Le PM Bernays a reçu la Médaille de la bravoure ostensible pour ses efforts héroïques en août 1942 à bord du NCSM Assiniboine, alors que celui-ci était attaqué par un sous-marin allemand. Son homonyme est également lié à jamais à la devise du NCSM Max Bernays : “Undaunted by Fire” (Ne pas craindre le feu), déclare le Capc Erickson.

Le Max Bernays est le troisième des six navires de sa classe. Les AOPV sont livrés à la MRC pour mener des opérations de souveraineté et de surveillance dans les eaux canadiennes sur les trois côtes, y compris dans l'Arctique. Le Max Bernays a été mis à l'eau le 23 octobre 2021 et la cérémonie de baptême a eu lieu le 29 mai 2022.

Eye care for your family!

- Eye Health Examinations
- Contact Lens Specialists, Dry Eyes, Allergies, Eye Injuries
- Designer Eyewear Boutique
- Aircrew cyclo exams
- Sunglasses: Prescription & Non-Prescription

MILITARY DISCOUNT AND DIRECT BILLING FOR MILITARY FAMILIES

OAKLEY, ARMANI, KATE SPADE, RAYBAN, AND MORE!

ACCEPTING NEW PATIENTS -
BOOK AN APPOINTMENT TODAY!

Admirals
Walk
OPTOMETRY CLINIC

Dr. Darcy Dennis and
Dr. Rachel Rushforth
NEAR BASE
106-1505 ADMIRALS ROAD
(250) 995-0449

We Salute
Our Fleet



La MRC reconnaît

LA RÉSILIENCE DES TRANSGENRES

Peter Mallett
Rédacteur en chef

Le drapeau de la fierté transgenre a flotté au sommet des mâts de Naden, Work Point et Duntze Head lors de la cérémonie des couleurs le 31 mars.

Des levées de drapeaux similaires ont également eu lieu pendant le long week-end de Pâques dans les bases militaires du Canada. C'était l'occasion pour les Forces armées canadiennes et les organisations consultatives de l'équipe de défense et de la fierté (DTPAO) de reconnaître officiellement la Journée internationale de la visibilité des transgenres. Cette journée célèbre la résilience et le courage des personnes transgenres qui sont capables d'être et de s'exprimer, tout en sensibilisant à la discrimination à laquelle elles sont confrontées au niveau national et mondial.

Le lieutenant de vaisseau Michele Newman, officier du génie du quartier général du groupe d'entraînement naval, coprésident militaire de la DTPAO de la BFC Esquimalt, est l'un des militaires qui célèbrent avec fierté cette journée de reconnaissance.

« Cette journée de reconnaissance est très importante parce qu'elle représente la capacité des personnes transgenres à être visibles, non seulement dans les Forces armées canadiennes (FAC), mais partout où elles sont reconnues », a déclaré le lieutenant-colonel Newman. « Les personnes transgenres ont été minimisées et discriminées pendant si longtemps que cela leur a été gravement préjudiciable. Le fait de pouvoir voir d'autres personnes transgenres, ainsi que la reconnaissance et le soutien qu'elles reçoivent, aident à combattre cette stigmatisation.

L'année dernière, alors qu'elle était officier mécanicien du département de génie des systèmes marins à bord du NCSM Calgary, le lieutenant de vaisseau Newman s'est enfin sentie prête et suffisamment en sécurité pour révéler à son département et à ses camarades de bord qu'elle était une femme transgenre.

« À ma grande joie, ce fut un moment d'acceptation pour moi, de reconnaissance et de soutien de la part de mes camarades de bord, et c'était un sentiment formidable », a déclaré le lieutenant de vaisseau Newman. « J'ai reçu des accolades, de nombreuses offres

de soutien et même des applaudissements.

Le moment de vérité s'est fait attendre pendant des années, explique le lieutenant de vaisseau Newman, qui a passé les 14 premières années de sa carrière dans la marine à réprimer et à cacher son identité, et de nombreuses années avant cela, en tant qu'enfant. Son coming-out a marqué le point de départ d'un avenir plus radieux et plus heureux, où elle pourrait enfin être fidèle à elle-même.

Le lieutenant de vaisseau Newman est convaincu que la Journée internationale de la visibilité des transgenres, reconnue par les institutions militaires, est un élément essentiel pour briser les murs de la discrimination et faire en sorte que les identités transgenres soient valides et acceptées dans les FAC.

« Nous voulons être acceptés. Vivre, rire, aimer et se sentir en sécurité, comme tout le monde », a-t-elle déclaré.

Le fait de faire son coming out auprès de ses pairs n'a pas seulement été un moment de courage personnel important pour elle, mais aussi, à sa grande surprise, pour d'autres personnes à bord du navire. Dans les jours qui ont suivi son annonce, d'autres membres l'ont approchée pour lui demander des conseils et du soutien. Elle espère qu'après avoir entendu son histoire, d'autres penseront différemment aux identités transgenres et auront le courage d'être eux-mêmes sur le lieu de travail.

« Je pense que nous évoluons dans une direction plus positive, mais les personnes transgenres sont toujours confrontées à la stigmatisation et à des obstacles dans leur vie publique et privée. La sensibilisation et la compréhension sont donc des éléments importants de l'approche visant à faire avancer les choses », a déclaré le lieutenant-colonel Newman.

Steven Cleugh, coprésident civil de la DTPAO, affirme que les militaires transgenres ont besoin de félicitations, de soutien et de compréhension pour leur courage et leur persévérance.

« J'ai de la famille et des amis qui sont transgenres et je vois de première main la discrimination et les préjugés auxquels ils sont confrontés chaque jour », a déclaré M. Cleugh. « Dans mon rôle au sein de la DTPAO, je vois également le courage dont font preuve nos membres transgenres et je suis admirative de leur capacité à résister à la tempête.

PREMIÈRE JOURNÉE INTERNATIONALE DE LA VISIBILITÉ DES TRANSGENRES

... a eu lieu en 2009 et s'est donné pour mission de célébrer la résilience et la réussite des personnes transgenres dans le monde entier, tout en reconnaissant la discrimination, la pauvreté et la violence auxquelles elles sont confrontées.

La première célébration à la BFC Esquimalt a eu lieu en 2021. Lors de ce moment historique, d'autres membres transgenres de la base, dont le premier maître de deuxième classe Lynne Edmondson et le matelot de première classe Danielle Dewitt, ont participé à la cérémonie de lever du drapeau à Duntze Head.





Photo : Michael Stanford

Commandant (N., Ret) Peter Godwin Chance
24 novembre 1920 - 9 avril 2024

Nous avons la tristesse d'annoncer le décès de Peter Chance. Peter était un ancien combattant de la Marine royale canadienne. Il s'était engagé en 1938 et avait servi pendant la Seconde Guerre mondiale.

Peter a participé à des convois lors de la bataille de l'Atlantique, ainsi qu'au jour J, où il a servi sur le NCSM Skeena pour empêcher les U-Boote de pénétrer dans la Manche et de s'approcher des forces alliées qui se dirigeaient vers leurs zones de débarquement. Peter a ensuite servi dans la marine pendant la guerre de Corée et la guerre froide, jusqu'à sa retraite en 1969.

Peter a eu la chance de jouir d'une longue et heureuse retraite où il aimait voyager et passer du temps avec ses amis. Peter a participé au programme du Prix du Duc d'Édimbourg, où il était fier de travailler avec les jeunes, encourageant les jeunes Canadiens à s'impliquer dans leur condition physique et leur communauté.

Peter était impliqué dans la Maritime Awards Society of Canada et dans le corps des cadets de la marine Admiral Budge, et il aimait raconter des histoires.

Peter, tu nous manqueras beaucoup. Pour des générations de Canadiens, vous avez été l'exemple même du service avant tout. Merci pour votre service, Monsieur ; nous avons maintenant la garde.

N'oublions pas.

Extraits de la filiale no 37 de la Légion de la péninsule de Saanich

E-FILE FROM \$90+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
--	---

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](#)

Présentation d'AJISS Entreprise : renforcer le soutien naval au Canada

Rory Theriault
FMF CB/CS

Si vous avez été attentif aux discussions récentes, le terme "AJISS Entreprise" est peut-être apparu dans vos discussions de bureau, vos courriels ou vos invitations à déjeuner et à apprendre.

Qu'est-ce que l'AJISS ? L'acronyme AJISS signifie Arctic Offshore Patrol Vessel, Joint Support Ship In-Service Support. Il s'agit d'un contrat relationnel visant à assurer un soutien naval en service de classe mondiale.

Au fond, l'AJISS réunit plusieurs parties prenantes au sein d'une équipe unifiée pour soutenir deux classes de navires : les patrouilleurs hauturiers de

l'Arctique et les navires de soutien interarmées.

Ces parties prenantes sont les suivantes :

Thales, en tant que contractant AJISS, qui travaille en collaboration avec les installations de maintenance de la flotte (FMF) et la préparation technique de la flotte (FER) pour coordonner et programmer l'exécution des travaux ;

Les autorités techniques de la formation (ATF) pour surveiller les risques matériels de la plate-forme ; et

Divers contractants supplémentaires forment le réseau de services techniques, qui fournissent la solution de prestation de services. Cette équipe vise à promouvoir une culture de travail qui ne fait pas de mal et qui ne comporte pas de reproches,

de secrets ou de surprises.

Ensemble, nous avons une vision et une mission communes.

Vision : une seule équipe pour un soutien en service de classe mondiale.

Mission : fournir des navires matériellement prêts à temps, à chaque fois.

L'arrivée à la mi-avril du NCSM Max Bernays, l'un des patrouilleurs arctiques et hauturiers de la Marine royale canadienne (MRC), nous donne pour la première fois l'occasion de travailler en équipe. Le succès repose sur la réalisation de ces objectifs d'entreprise en tant qu'équipe collaborative plutôt que sur nos objectifs. En adhérant à sa mission de fournir à la MRC des navires prêts à l'emploi, à temps

et à tout moment, l'AJISS ouvre la voie à une capacité et à une préparation opérationnelle accrues, cruciales pour les efforts navals du Canada.

Par essence, AJISS Entreprise représente plus qu'un simple contrat ; il symbolise un engagement de collaboration et la mission collective de veiller à ce que la flotte canadienne reste à l'avant-garde des opérations navales.



the LOOKOUT
NEWSPAPER & PUBLISHING

Communiqués de presse - Informations de base
Mises à jour - Petites annonces - Anciens numéros

www.lookoutnewspaper.com

GALAXY MOTORS
THE BEST PLACE TO BUY YOUR NEW CAR!
DLR# 30897 30897 & 40982

WHEN YOU NEED A VEHICLE OR RV, VISIT GALAXY MOTORS!

- THE **LARGEST** INVENTORY ON VANCOUVER ISLAND
- 5 DEALERSHIPS **PLUS** 2 RV LOCATIONS TO SERVE YOU

10% OFF for all active military members.

Over 34 years in Business
Family Owned & Operated

www.galaxymotors.net
www.galaxyrv.net

LANGFORD	AUTO Sales 250-478-7603 4391 Westshore Parkway	RV Sales 250-590-7425 4377 Westshore Parkway	COLWOOD	AUTO Sales 778-440-4115 1772 Island Highway
-----------------	---	---	----------------	--

Best City
VICTORIA NEWS
2023

BBB
ACCREDITED BUSINESS



Marin d'une semaine



CANSUBFOR

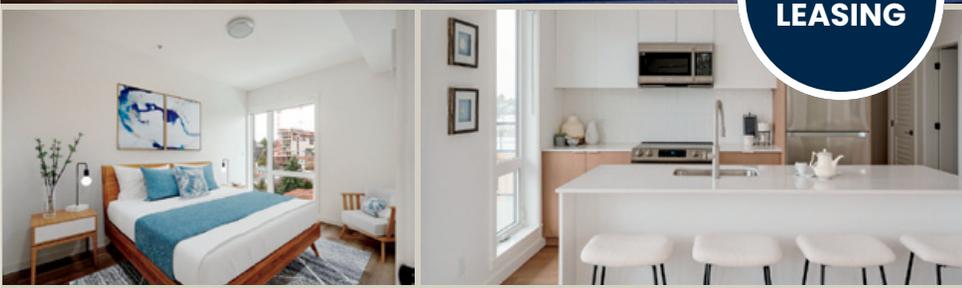
Le 25 mars, des cadets en âge de fréquenter l'école secondaire ont participé au programme Matelot d'une semaine avec la Force sous-marine du Canada à la BFC Esquimalt. Le programme s'inspire du programme Matelot d'un jour, conçu pour cibler les élèves du secondaire et leur faire apprécier la Marine royale du Canada (MRC) à sa juste valeur. La semaine a offert des activités, des visites, des démonstrations et des expériences qui reflètent fidèlement les rôles et les fonctions des marins de la MRC.

Les lycéens ont été choisis comme population démographique privilégiée en raison de leur ouverture d'esprit générale à l'égard de l'expérience professionnelle et de leur propension à postuler s'ils ont apprécié leur expérience.

ADELAIDE



NOW LEASING



Studio, 1, 2, & 3 Bedroom Rental Apartments

Adelaide is West Bay's newest modern apartment rental building, located steps from the Songhees Walkway, overlooking the picturesque West Bay. This exceptional property offers pet-friendly rental apartments with spectacular ocean views.

Receive 1 Month Free Rent on a 13-Month Lease!*

Visit AdelaideWestBay.com to book a tour today!

*Terms and conditions apply.




INTERESTED? LET'S CONNECT
778.402.2067
Adelaide@devonproperties.com



OF THE SOUNDS OF CELEBRATION

NEW SHOW

okanagantattoo.ca
Follow us    

A monumental show featuring Dancers, Musicians, Military Bands, Marching troops, First Responders and Athletes

MAY 25-26 2024

**Kal Tire Place
Vernon BC**

Scan to buy a ticket or call **250-549-7469**



SAVE10
USE THIS PROMOCODE TO SAVE 10%*

* Online, by phone or in person. Offer can not be combined with any other offers






Présentation de CalFor

Michael McWhinnie
Conseiller en affaires publiques, NTG

“Utilisez-le une fois et vous vous demanderez comment vous avez pu vous en passer”, s’enthousiasme Wendy Swan, planificatrice du QG du groupe d’entraînement naval (NTG). “C’est le genre d’innovation que nous pensons apporter à la communauté de la Marine royale canadienne (MRC).

Tout comme la société est passée des cartes au GPS, ou des ouvrages de référence à Google, les développeurs de NTG sont persuadés que l’outil TrainSched (Training Schedule), récemment lancé et basé sur l’intranet, sera rapidement adopté par la communauté de la MRC, qui le jugera bientôt indispensable.

À partir du 1er avril, toute personne disposant d’un compte DWAN pourra consulter l’ensemble du calendrier de formation navale, y compris les cours de carrière et de leadership

pour tous les métiers et tous les niveaux, dispensés dans l’un des quatre établissements de formation du GTN : École de la flotte navale de l’Atlantique (Halifax), École de la flotte navale du Québec (Québec), École de la flotte navale du Pacifique ou NCSM Venture (Esquimalt), ainsi que les unités de plongée de la flotte et le groupe des opérations tactiques de la marine.

“Notre objectif est de permettre aux marins d’accéder à des informations importantes sur les cours qui ont un impact sur leur vie personnelle et professionnelle”, a expliqué M. Swan. “Nous espérons que le TrainSched permettra aux marins de participer à la gestion de leur carrière en les aidant à anticiper et à planifier les étapes importantes de leur vie professionnelle.

Pour accéder au TrainSched, visitez : apps.forces.mil.ca/TMS/ ou naviguez vers lui via le lien sur la page d’accueil de l’intranet du NTG. Effectuez une recherche en entrant l’année fiscale et les métiers concernés, par exemple :

2024-2025 et BOSN-00105 affichera tous les cours de formation professionnelle de maître d’équipage pour cette année-là.

Les recherches peuvent être affinées en saisissant le nom ou le code du cours. Les résultats peuvent être affichés sous forme de tableau ou de graphique, selon les préférences de l’utilisateur. L’outil est rapide et facile à utiliser ; toutefois, les questions ou les commentaires peuvent être adressés à +ESQ_NPTG_HQ_Scheduling@NPTG_HQ@Esquimalt

L’outil TrainSched n’est qu’une progression dans le cadre d’un programme plus large de modernisation des logiciels de NTG. Il améliore considérablement la transparence et la responsabilité en matière de planification et développe l’automatisation qui rationalisera les processus parmi les praticiens du développement professionnel et de la gestion de la formation.



ROYAL CANADIAN NAVY  MARINE ROYALE CANADIENNE

Voici le nouveau calendrier des cours en ligne de la MRC

CalFor

Participez à la planification de votre carrière à :
<https://apps.forces.mil.ca/TMS>

First Responders & Military: \$20.00 Every Day!



Sullivan's BARBER SHOP

Appointments Not Necessary **250 478 9424**

Seniors **\$20.00**
Regular **\$25.00**

756 Goldstream Ave.
NOW OPEN: MONDAY TO FRIDAY 8:30 AM – 5:00 PM

Vacant Home Staging from \$2,000



Call Shelly Direct **250-213-7444**
Shelly Reed Property Stager
Fluff it UP! Home Staging Solutions
www.fluffitup.ca

ESQUIMALT FARMERS MARKET

FRESH FOOD + ARTISANS
FOOD TRUCKS + LIVE MUSIC



THURSDAYS 4:30-7:30PM
APRIL TO SEPTEMBER
1200 ESQUIMALT ROAD
WWW.ESQUIMALTMARKET.COM

QUOI ? QUAND !

Signalez à The Lookout les événements les plus intéressants qui se déroulent sur la base !

kateryna.bandura@forces.gc.ca

Retour du camp gratuit de lutte contre les incendies pour les jeunes filles

Peter Mallett
Rédacteur en chef

Les jeunes filles qui souhaitent faire carrière dans la lutte contre les incendies et les services d'urgence peuvent éveiller leur intérêt grâce à Island Ignite.

Ce camp d'été de trois jours, du 12 au 14 juillet, est gratuit pour les jeunes femmes âgées de 15 à 18 ans qui résident sur l'île de Vancouver, dans les Southern Gulf Islands ou sur la Sunshine Coast. Island Ignite permet aux jeunes femmes d'explorer la lutte contre les incendies en tant que carrière potentielle dans un environnement sûr et amusant.

Une équipe de plus de 20 pompiers et membres du personnel des services d'urgence sont les mentors du camp, offrant leur expertise et leur instruction.

Lisa Marino, pompier du service d'incendie et de sauvetage de la BFC Esquimalt, est l'une des instructrices qui reviennent au camp. Mme Marino travaille à la caserne de pompiers de la base depuis deux ans et croit fermement en Island Ignite et en son mandat, qui est d'encourager davantage de femmes à devenir pompiers et à explorer des emplois non traditionnels dans les services d'urgence. Mme Marino souligne que seulement cinq pour cent des pompiers canadiens sont des femmes, et que ce chiffre n'est que de quatre pour cent à l'échelle mondiale.

«Je suis très honoré de faire partie du corps des sapeurs-pompiers. Pour moi, c'est le plus beau métier du monde et c'est un privilège de pouvoir le partager avec d'autres», déclare Marino. «Ce camp offre la possibilité de relever des défis, voire de faire peur, dans un environne-

ment encourageant et au sein d'une équipe. C'est incroyable de voir des jeunes s'investir et découvrir ce dont ils sont capables».

Parmi les exercices et les compétences qui se déroulent pendant le camp, citons l'auto-extrusion, l'entrée par la force, la manipulation des tuyaux et des flux d'incendie, les opérations de pompage et les lignes d'approvisionnement, les premiers secours et la réanimation cardio-pulmonaire, les opérations HAZMAT, la recherche et le sauvetage, les évolutions en milieu sauvage, l'utilisation des extincteurs, l'autosauvetage et l'enchevêtrement, ainsi que la condition physique.

Le site de recherche et de sauvetage en milieu urbain (USAR) d'Esquimalt, situé à Work Point, sera à nouveau l'un des sites d'entraînement du camp, comme il l'a été en 2023. Il permet d'acquérir diverses compétences en matière de lutte contre les incendies dans un environnement sûr et contrôlé.

Island Ignite en est à sa deuxième année d'existence et s'inspire du Camp Ignite, qui a fonctionné pendant dix ans dans la région métropolitaine de Vancouver.

Les personnes intéressées à participer au camp de juillet sont invitées à poser leur candidature avant la date limite d'inscription du 1er mai. Le service d'incendie et de sauvetage de la BFC Esquimalt parrainera des jeunes filles de la communauté des familles de militaires pour qu'elles participent au camp, et d'autres services d'incendie locaux participeront également au processus de parrainage.

Ce parrainage couvre les coûts des activités, de l'hébergement, des repas, du matériel et de l'assurance.

Pour vous inscrire, visitez IslandIgnite.com

Island Ignite 12-14 juillet 2024

Appel à toutes les filles de 11e et 12e année de l'île de Vancouver, des îles Gulf et de la Sunshine Coast !

Island Ignite est un camp de trois jours destiné aux jeunes filles intéressées par la lutte contre les incendies et les services d'urgence.

Vous êtes invité à partager cette expérience unique et étonnante tout en travaillant avec une équipe d'amis qui partagent votre passion pour les défis et l'aventure.

Lors de l'inscription, sélectionnez la caserne de pompiers de la BFC Esquimalt pour être admissible à la possibilité de commandite.



Les participants à Island Ignite 2023 testent leurs compétences en matière de lutte contre les incendies. La date limite d'inscription pour le camp de trois jours de cet été est le 1er mai. L'événement est gratuit et ouvert aux jeunes filles âgées de 15 à 18 ans.
Photo : Island Ignite

Proud to
serve
Esquimalt-
Saanich-
Sooke



Randall Garrison, MP
— NDP DEFENCE CRITIC —

2904 Tillicum Road, Victoria BC V9A 2A5

Drop-In: Wednesdays 11am-2pm
or contact us for an appointment

250-405-6550 Randall.Garrison@parl.gc.ca
www.RandallGarrison.ndp.ca



CLASSIFIEDS

A VENDRE

SAILBOAT 1974 CS 22 à vendre. Situé à CFSA. 4 voiles d'avant. Tout le matériel de sécurité, trop d'accessoires. Le moteur hors-bord a besoin d'une révision du carburateur. \$1,500. Appeler le 250-208-4845.

Entreprise à vendre - Idéal pour un membre qui prend sa retraite ! Opportunité de posséder un service de limousine bien établi à Victoria ; Ascot Limousine Services. Le vendeur prend sa retraite après 29 ans. L'achat de l'entreprise comprend : 3 licences d'autorité spéciale, 3 limousines, site Web, numéro de téléphone, services juridiques et comptables (si nécessaire), clients loyaux et bonne volonté, volonté avec la transition. \$110,000. Contactez Gilles au 250-812-2775 ou gilles@ascotlimo.com. Plus d'information disponible à ascotlimo.com

A LOUER

2 195 \$/mois - 2 BDRM rénovés à Esquimalt Appartement d'angle au dernier étage dans un immeuble serein, réservé aux adultes. Situation privilégiée à proximité d'Esquimalt Plaza, de

la salle de sport, de la bibliothèque, de la base navale et du centre-ville de Victoria. Nouveaux tapis, peinture fraîche, salle de bain et appareils électroménagers mis à jour. Les chats sont les bienvenus. Pour toute demande de renseignements, veuillez contacter le 250-888-1212, de 9h à 17h du lundi au vendredi.

Suite avec occupation pour une personne à Langford près de View Royal. Suite d'une chambre à coucher lumineuse, moderne, propre, privée et tranquille avec patio, appareils électroménagers incluant lave-vaisselle, micro-ondes, laveuse et sècheuse. Quartier calme. Belle vue. Accès facile aux pistes cyclables. Stationnement disponible. Bail de 1 an, puis mois par mois. Interdiction de fumer, d'utiliser du tabac, d'avoir des animaux domestiques ou de sous-louer. Assurance du locataire avec preuve de couverture, références et preuve d'emploi obligatoires.

2 400 \$/mois meublé, 2 200 \$/mois non meublé. Services publics et wi-fi inclus. Contacter Max par texto 613.449.2836.

Lumineux condo récemment rénové de 3 chambres à coucher plus un bureau au cœur d'Esquimalt. Proche des commodités, 1 100 pieds carrés d'espace, comptoirs en quartz, nouveaux appareils, peinture fraîche et nouveaux planchers partout. 3 300 \$/mois, disponible le 15 avril. Contact 778-967-3122 mymymclean@gmail.com

ESQUIMALT PLAZA AREA, Disponible maintenant 2 chambres dans un immeuble de la fin des années 50, appartement d'environ 850 m², entrée privée au 2^{ème} étage, dans un immeuble de 4 unités, vue sur la chaîne olympique depuis le salon, planchers en chêne dans les principaux espaces de vie, chauffage à eau chaude inclus. Parking pour 1 véhicule, laverie à pièces, accès depuis la porte arrière de l'appartement à la zone commune et à l'entrée arrière. Loyer inférieur au marché à 2 000 \$ par mois. Appelez le 250-686-8090 de 9 h à 18 h. Souvent disponible pour prendre rendez-vous les week-ends.

**WANT TO RENT / BUY / SELL / ANNOUNCE
SOMETHING?**

To advertise contact Jazmin at Jazmin.Holdway@forces.gc.ca



BRAVO ZULU

Le 25 mars, le lieutenant de vaisseau Andrew Helmeczy a remis aux personnes suivantes des certificats attestant qu'elles ont suivi le cours Naval Combat Information Operator RQ-S3 :



Marin de 3ème classe Beals



Marin de 3ème classe Gardner



Marin de 3ème classe Livingstone



Marin de 3ème classe Smith



Marin de 3ème classe Sullivan



Marin de 3ème classe Ayotte

Photos: Corporal (Cpl) Jay Naples, MARPAC Imaging Services

WESTSHORE U-LOCK MINI STORAGE

MILITARY DISCOUNT OFFERED

U-LOCK MINI STORAGE
selfstorage.ca

- ✓ Residential and Commercial storage
- ✓ Award winning, modern facility
- ✓ Individually alarmed lockers
- ✓ Easy monthly rentals
- ✓ Heated lockers
- ✓ Easy access

1621 Island Highway, 250-478-8767

TRACKSIDE AUTO SERVICE LTD.

A FULL SERVICE AUTO REPAIR FACILITY

- ✓ Induction & Fuel Injection Service
- ✓ Oil service
- ✓ Out of Province Inspection
- ✓ Electrical
- ✓ Diesel Fuel Service
- ✓ Exhaust
- ✓ Brake service
- ✓ Tires

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

BBB B.C. GOVERNMENT DESIGNATED INSPECTION FACILITY

Castrol WALKER HANKOOK

Ask about BG Protection Plan*
Where Dependability and Trust are a Priority... * under 80,000 km

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

f Instagram

LookoutNewspaperNavyNews LookoutNavyNews

WE HIRE VETERANS & RESERVISTS

Commissionaires recognizes the experience and skills veterans and reservists contribute to the workforce. We value the leadership, teamwork, and discipline gained through your military service.

SERVE IN A NEW WAY

Apply today at commissionaires.ca



COMMISSIONAIRES  COMMISSIONAIRES