



VOLUME 69 NUMÉRO 27 | 8 JUILLET, 2024
JOURNAL - NOUVELLES MORAL ET BIEN-ÊTRE | BFC ESQUIMALT, C.-B.

LOOKOUT

JOURNAUX ET ÉDITION

Buying or Selling?

I can help!

**CHRIS
ESBATI**

Knowledgeable Trustworthy
Dedicated

RE/MAX
CAMOSUN

250.744.3301
chris@victoriaforsale.ca

victoriaforsale.ca



LE 5 KM DE LA FORMATION HISSE LE DRAPEAU ARC-EN-CIEL

Malia Copley et Sheena Finkbiner ont fait monter l'excitation d'un cran en menant plus de 200 militaires et employés civils de la BFC Esquimalt à s'échauffer, vêtus des couleurs et des costumes de la Fierté, lors d'une course de 5 km de la Formation sur le thème de la Fierté, le 28 juin. Voir les pages 6 et 7 pour l'histoire complète. Photo : Peter Mallett/Lookout Newspaper

CANEX
A division of CEMWS
Une division de SBMFC

**CANADA'S
MILITARY STORE**

CANEX

CANEX.CA

1343 Woodway Rd., Esquimalt 250.388.6428

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 ROYAL LEPAGE
Helping you is what we do.

250-474-4800
SouthIslandHomeTeam.com

**COUNTRY
GROCER**

ISLAND OWNED AND OPERATED
SINCE 1984.

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



Le Capitaine de corvette Craig Newman, commandant sortant du Dépôt de munitions des Forces canadiennes (DMFC) Rocky Point, le Colonel Guillaume Arciutte, commandant du Groupe canadien de soutien matériel, et le Capitaine de corvette Chantal Woolley, commandant entrant, assistent à une cérémonie de passation de commandement au DMFC Rocky Point.

Une nouvelle commandant/commandante prend la barre à Rocky Point

Kate Bandura

Rédactrice en chef du Lookout

Lors d'une cérémonie marquante tenue le 25 juin, le Capitaine de corvette (Capc) Chantal Woolley est entrée dans l'histoire en devenant la première femme commandant (Cmdt) du Dépôt de munitions des Forces canadiennes (DMFC) Rocky Point.

Elle succède au Capitaine de corvette Craig Newman, qui a dirigé le dépôt au cours des trois dernières années. La cérémonie de passation de commandement a marqué la poursuite des 70 ans d'histoire du DMFC Rocky Point, qui est fier de fournir un soutien en matière de munitions et d'explosifs à la Marine royale canadienne et aux Forces armées canadiennes (FAC).

Le Capc Woolley apporte une perspective unique à son rôle : ayant déjà servi à Rocky

Point, elle y revient à la fois avec une certaine familiarité et une vision nouvelle. Dans ses remarques, elle a exprimé son enthousiasme à l'idée de revenir au dépôt.

“C'est vraiment un honneur et un privilège d'être la commandant/commandante d'une unité qui a une grande histoire et beaucoup de sagesse”, a déclaré le Capitaine de corvette Woolley. “C'est une grande responsabilité dont je suis reconnaissant, ainsi que de la confiance qui m'a été accordée.”

L'événement n'a pas seulement marqué une transition de leadership, mais a également mis en lumière l'évolution des opérations militaires de logistique et de soutien du Canada. La nomination du Capc Woolley s'inscrit dans le cadre d'une évolution plus large de la direction des dépôts de munitions au Canada : d'ici la fin de l'été, des femmes commanderont trois des quatre dépôts de munitions du pays, une étape importante que le Capc Woolley a soulignée

avec fierté.

La cérémonie a souligné le rôle vital, mais souvent négligé, des dépôts de munitions. Dans son discours d'adieu, le capitaine de corvette Newman a évoqué son mandat, au cours duquel le dépôt a soutenu les opérations de la flotte dans le monde entier.

“Donner tout ce que j'ai pu à l'unité pour qu'elle réussisse ce qu'elle entreprend, c'est ce dont je suis le plus fier”, a déclaré le capitaine de corvette Newman.

Il a souligné que les principales réalisations comprenaient le soutien à l'Ukraine, l'exercice *Rim of the Pacific* (RIMPAC) 2022 et de nombreux chargements de munitions à bord de navires.

Pour ce qui est de l'avenir, le capitaine de corvette Woolley a souligné l'importance du travail d'équipe et de l'exploitation de l'expertise collective du dépôt.

“Je considère qu'il s'agit d'une relation

de collaboration”, a-t-elle déclaré. “Nous sommes tous membres de la communauté des munitions, quel que soit notre métier ou notre occupation. Ce dépôt possède la profondeur et l'étendue nécessaires pour réussir en ces temps passionnants”.

Elle a également indiqué que le maintien d'une équipe soudée et l'amélioration des infrastructures étaient des priorités absolues. Alors que de grands projets navals se profilent à l'horizon, elle a souligné le rôle essentiel du dépôt dans le soutien des nouvelles capacités.

“J'espère que c'est quelque chose que je pourrai continuer à défendre aux bons niveaux”, a déclaré le Capc Woolley. “J'espère laisser cet endroit meilleur que je ne l'ai trouvé.”

Alors que le DMFC Rocky Point entame ce nouveau chapitre, il témoigne de l'engagement de la FAC envers la diversité, l'expertise et l'excellence opérationnelle pour relever les défis du soutien à la guerre navale du 21^e siècle.



Visit www.broadmeadcare.com/veterans-legacy to make your donation today.

It's a great way to say Thanks.
When you donate to the Veterans Legacy Fund, you ensure the best in comfort and care for Canada's veterans today, and in the future.

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



@PSPESQUIMALT_HP

\$3
SALAD DAY
JULY 10

NOTE: SALAD DAY WILL BE TAKING A BREAK FROM AUGUST UNTIL NUTRITION MONTH IN MARCH.

NELLES & VENTURE GALLEYS

10 JUILLET
JOURNÉE DE LA
SALADE À 3\$

CUISINE NELLES ET VENTURE

NOTÉ: LA JOURNÉE DE LA SALADE À 3\$ PREND UNE PAUSE DU MOIS D'AOUT JUSQU'AU MOIS DE MARS.

BROUGHT TO YOU BY THE HEALTHY NUTRITION WORKING GROUP
PRÉSENTÉ PAR LE GROUPE DE TRAVAIL D'ALIMENTATION SAINE



HEALTHY NUTRITION
STRATÉGIE DE SANTÉ ET BIEN-ÊTRE (DE PMARIP)
L'ALIMENTATION SAINE



Le commodore accueille le nouveau 2IC de la flotte

Le Capitaine de vaisseau Mark O'Donohue, le Commodore David Mazur et le Capitaine de frégate Sam Patchell signent les documents confirmant le changement de nomination du Capitaine de frégate Patchell au poste de commandant adjoint de la Flotte canadienne du Pacifique, le 25 juin.
Photos : Matelot-chef Valerie LeClair



Peter Mallett Rédacteur en chef

La Flotte du Pacifique a un nouveau commandant adjoint pour aider le Commodore (Cmdre) David Mazur à diriger ses navires et ses unités à terre.

Le Capitaine de frégate Sam Patchell a succédé au Capitaine de vaisseau Mark O'Donohue lors d'une cérémonie de changement de nomination au poste de commandant adjoint de la Flotte canadienne du Pacifique (CANFLTPAC), le 25 juin.

“J'ai hâte de faire de mon mieux en tant que commandant adjoint ; monsieur, j'ai la garde”, a déclaré le Capf Patchell après que lui-même, le Cmdre Mazur et le Captv O'Donohue eurent officialisé la nomination.

Le commandant adjoint de CANFLTPAC a pour mission de conseiller et d'assister le commodore tout en améliorant l'état de préparation de la flotte et la viabilité de tous les moyens de surface et des unités à terre, y compris l'unité de plongée de la flotte (Pacifique) et le groupe d'opérations tactiques de la marine.

Dans son discours, le Cmdre Mazur a remercié le Capitaine de vaisseau

O'Donohue pour sa diligence et son excellent travail au cours des deux années qu'il a passées à ce poste. Les deux hommes ont souligné à quel point la gestion de la flotte était devenue plus difficile sous leur gouverne, principalement en raison de l'impact des restrictions pendant la pandémie COVID-19 et des défis en matière de personnel de la Marine royale canadienne.

“Malgré les difficultés d'ordre personnel et technique auxquelles la flotte du Pacifique a dû faire face au cours des deux dernières années, je suis fier d'annoncer que nos navires et nos unités à terre ont mené à bien toutes les missions et tâches qui leur avaient été confiées”, a déclaré le capitaine de vaisseau O'Donohue. “Je suis continuellement étonné par la persévérance, la résilience, le travail acharné et le dévouement des hommes et des femmes extraordinaires qui composent l'équipage de nos navires et de nos unités”.

Le capitaine de vaisseau O'Donohue prendra bientôt sa retraite après 25 ans de service.

Avant d'assumer le rôle de commandant adjoint, le Capv O'Donohue a commandé le NCSM *Calgary* de juillet 2020 à avril 2022. Au cours de cette période, il a reçu une mention élogieuse d'unité

du chef d'état-major de la défense pour avoir mené avec succès des opérations d'interdiction maritime dans le golfe d'Oman, battant deux records internationaux de saisie de stupéfiants illicites.

La dernière affectation du Capf Patchell a été celle de commandant/commandante du NCSM *Ottawa*. En 2023, il a dirigé le navire lors de son déploiement en mer de Chine méridionale dans le cadre de la stratégie indo-pacifique du Canada. Dans son message de bienvenue, le Cmdre Mazur s'est émerveillé de l'expérience de son nouvel adjoint en tant que commandant de navire.

“Vous apportez de l'expérience à l'équipe de direction et vous savez parfaitement comment souder une équipe pendant les déploiements”, a déclaré le Cmdre Mazur. “Je me réjouis de votre leadership car je sais que vous êtes un leader empathique, un bon tacticien et un bon penseur, et que vous avez beaucoup de perspicacité.”

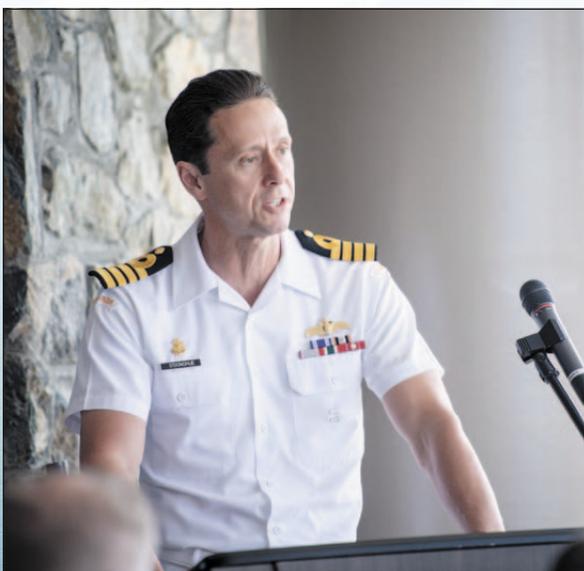
Le Cdr Patchell a déclaré que les piliers de ses valeurs militaires sont la loyauté, l'intégrité, le courage, l'excellence, l'intégration et la responsabilité ; ces valeurs l'ont bien guidé tout au long de sa carrière et continueront d'influencer ses décisions dans sa nouvelle affectation.

Commandant Sam Patchell

Né à North Vancouver, le capitaine de frégate Patchell s'est engagé dans les Forces armées canadiennes en 2001 et a suivi sa formation d'officier de guerre navale au NCSM *Venture*. Il a ensuite obtenu ses qualifications professionnelles d'officier de quart à la passerelle et d'officier de marine (NOPQ) à bord du NCSM *Charlottetown*.

Parmi les déploiements clés de sa carrière, mentionnons le temps passé à bord du NCSM *Athabaskan* en tant qu'officier de pont, où il a participé à l'opération *Hestia*, la réponse du Canada au tremblement de terre de 2010 en Haïti. En tant qu'officier de la salle des opérations du NCSM *Vancouver*, il a participé à l'opération *Mobile*, l'intervention militaire du Canada en Libye en 2011.

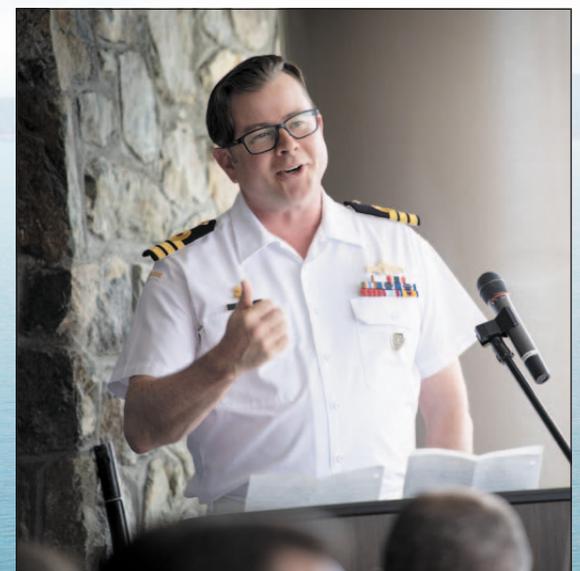
En 2018, il a déménagé avec sa famille à Pyeongtaek, en Corée du Sud, où il a occupé le poste d'adjoint exécutif du Commandement des Nations Unies.



Le Capitaine de vaisseau Mark O'Donohue, commandant adjoint sortant de la Flotte canadienne du Pacifique.



Commodore David Mazur, commandant de la Flotte canadienne du Pacifique.



Le capitaine de frégate Sam Patchell, nouveau commandant adjoint de la Flotte canadienne du Pacifique.

le LOOKOUT

JOURNAUX ET ÉDITION

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

Facebook LookoutNewspaperNavyNews Instagram LookoutNavyNews

L'ÉQUIPE DE LOOKOUT

ÉDITEUR EN CHEF

Jazmin Holdwayjazmin.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 production@lookoutnewspaper.com
Leslie Eaton.....250-363-3127
.....leslie.eaton@lookoutnewspaper.com

ADMINISTRATION ET COMPTABILITÉ

Andrea Modesto250-363-3127
.....Andrea.Modesto@forces.gc.ca

PUBLICITÉ

Joshua Buck..... 778-977-5433
.....military.base.advertising@gmail.com

CONSEILLERS ÉDITORIAUX

Lt(N) Wilson Ho250-363-4006
Ashley Evans250-363-7060

Publié chaque lundi, sous l'autorité du
Captiv K. Whiteside, commandant de la base.

Le rédacteur en chef se réserve le droit de modifier, d'abrégier ou de rejeter un texte ou une publicité afin de respecter la politique énoncée dans le manuel des politiques des PSP. Les points de vue et les opinions exprimés ne sont pas nécessairement ceux du ministère de la Défense nationale.

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

Circulation : 4 000 plus engagement en ligne par semaine.

Suivez-nous sur Facebook et Instagram pour rejoindre notre communauté croissante de médias sociaux.

Une division des Programmes de soutien du personnel

Web : www.lookoutnewspaper.com

Télécopieur : 250-363-3015

Accord de vente de produits par la poste au Canada 40063331



www.LookoutNewspaper.com



TSPT Rêves et traumatismes

Thomas Goenczi

Collaborateur de Lookout

Tout au long de l'histoire de l'humanité, les rêves ont toujours été empreints de mystère ou de luminosité. Le premier rêve enregistré remonte à environ 5 000 ans, dans l'ancienne Mésopotamie et l'Égypte. À cette époque, les rêves étaient perçus comme des messages des dieux ; certains étaient considérés comme prophétiques. Par exemple, dans la plus ancienne œuvre littéraire écrite, l'Épopée de Gilgamesh, rédigée il y a environ 4 000 ans, les personnages se servent des rêves pour prévoir les événements futurs et pour se motiver à accomplir quelque chose de plus grand qu'eux.

En avançant dans le temps, les Grecs (1200-100 av. J.-C.) et les Romains ont suivi un fil de pensée similaire, comprenant que les rêves peuvent être utilisés pour comprendre le subconscient et potentiellement l'avenir. Le célèbre médecin grec Hippocrate a été l'un des premiers médecins à utiliser les rêves pour diagnostiquer et traiter les affections et les maladies. Dans son ouvrage (*Regimen IV or Dreams*), il souligne que les rêves peuvent révéler des informations sur l'état du corps et donner un aperçu de la santé générale de l'individu.

Pendant tout le Moyen Âge (500-1500 MA), l'interprétation des rêves était entre les mains du clergé. L'Église catholique croyait que les rêves étaient des conseils divins et cherchait à obtenir des messages à travers les rêves. La situation a changé lorsque la laïcité a été mieux acceptée au cours du siècle des Lumières (1500-1800 MA), avec des philosophes tels que

Descartes et Kant qui utilisaient les rêves pour comprendre l'esprit humain.

Cette façon de penser a donné naissance à la psychologie et à l'étude scientifique de la condition humaine. Dès le début, Freud et Jung ont compris que les rêves étaient un moyen d'accéder à l'inconscient et de prendre conscience de ses propres faiblesses psychologiques. Aujourd'hui, les rêves sont utilisés de diverses manières à des fins thérapeutiques et spirituelles.

Les rêves ressemblent souvent à des pensées. Ils nous viennent à l'esprit et s'enfuient rapidement hors de notre capacité à nous en souvenir. Ils sont là, puis disparaissent. Cependant, certains rêves restent gravés dans notre mémoire toute une vie, de manière inébranlable. Parfois, ils surviennent après que quelque chose de totalement dévastateur nous soit arrivé. Ce n'est peut-être pas à ce moment-là, ce n'est peut-être même pas dans quelques mois, mais il peut surgir de notre inconscient au moment où l'on s'y attend le moins...

Tous les rêves ou cauchemars récurrents ne sont pas liés à un traumatisme, car cela dévaloriserait le mot et sa signification. Cependant, lorsqu'il y a un thème récurrent, il faut s'interroger sur les raisons de sa réapparition. Il est logique de se demander au moins ce que cela signifie. Si nous n'y accordons pas au moins un peu d'attention, nous nous rendons un mauvais service.

Les rêves traumatisants prennent souvent la forme de cauchemars, ces rêves vertigineux et effrayants qui, à tout le moins, nous donnent une impression déstabilisante au réveil. Cependant, les rêves basés sur des traumatismes peuvent parfois être un peu plus difficiles à interpréter.

Néanmoins, certains thèmes communs sont souvent présents dans les rêves basés sur un traumatisme. L'un d'entre eux est le fait d'être poursuivi ou traqué par une force ou une présence intense. Nous essayons de nous cacher, mais il semble que nous ne puissions rien faire pour échapper au sentiment que quelque chose nous poursuit.

Un autre thème commun est la chute. Une enquête a révélé que 54 % des personnes ont vécu cette expérience dans leurs rêves. Cela peut indiquer que quelque chose est en chute libre dans votre vie, que vous n'avez aucun contrôle et que vous ne savez pas quand cela va se terminer.

Un autre thème fréquent est la vision de personnes ayant subi des traumatismes dans le passé. Cela peut sembler évident à première vue, mais les rêves dépendent de l'individu. Par exemple, si vous voyez dans votre rêve quelqu'un qui était spectateur de l'événement, cela peut suggérer que vous êtes encore spectateur de votre traumatisme.

Les rêves sont utilisés depuis des millénaires pour comprendre et traiter notre état psychologique. Ils permettent d'acquérir une compréhension plus profonde de nous-mêmes et nous aident à nous libérer d'un traumatisme stagnant.

Thomas Goenczi est un ancien combattant de la MRC 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.

GALAXY MOTORS

THE BEST PLACE TO BUY YOUR NEW CAR!

DLR# 30897 30897 & 40982

Over 34 years in Business
Family Owned & Operated

www.galaxymotors.net
www.galaxyrv.net

**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.



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



22E COMMANDANT/COMMANDANTE DE LA MRC

Un S.E.R.T. cohérent et digne de confiance, ayant des liens avec la côte Ouest, est pressenti pour occuper le poste de premier MR

Peter Mallett
Rédacteur en chef

Un premier maître de 1re classe chevronné ayant des liens étroits avec la côte du Pacifique se montre optimiste quant à sa prochaine affectation en tant que militaire/sous-officière supérieure de la Marine royale canadienne (MRC).

Fort de ses 28 années d'expérience dans l'armée canadienne, le Pm 1 Pascal Harel deviendra le 22e commandant/commandant principal de la MRC à l'issue d'une cérémonie de changement de nomination qui aura lieu ce mois-ci à Ottawa. Ses nouvelles responsabilités consistent notamment à fournir au commandant de la MRC le point de vue des marins du rang et à assurer la liaison avec la haute direction et le commandant de la MRC.

"C'est très excitant pour moi, car je vais rentrer chez moi, dans la MRC, où j'aiderai directement les marins", a déclaré le Pm 1 Harel. "C'est le poste ultime de sous-officier dans la MRC où j'influence les politiques pour améliorer la vie de nos marins".

Ses deux dernières affectations depuis 2022 étaient au quartier général du ministère de la Défense nationale (MDN) à Ottawa, où il a travaillé en tant que directeur général chef des carrières militaires et, plus récemment, chef du commandement de la conduite professionnelle et de la culture pour les trois branches de l'armée canadienne. Au cours d'une cérémonie de

changement de nomination qui aura lieu le 11 juillet, il remplacera le Pm 1 Tom Lizotte au poste de commandant/commandant en second de la Marine.

Le Pm 1 Harel entretient déjà des relations de travail étroites avec le Pm 1 Lizotte et comprend parfaitement l'importance de son nouveau poste.

"Je représenterai les marins et, pour le faire efficacement, je dois rester proche d'eux, communiquer et dialoguer souvent avec eux", a déclaré le premier maître de 1re classe Harel. "Je devrai également comprendre les besoins de l'équipe de leadership et du vice-amiral (Vam) Angus Topshee, commandant de la Marine royale canadienne, afin de le conseiller efficacement sur les besoins d'un marin, tout en comprenant le fonctionnement de la MRC au niveau stratégique afin de fournir des conseils précis et appropriés sur l'amélioration des conditions pour les marins."

Le Pm 1 Harel s'est engagé dans la Marine en 1996, à l'âge de 19 ans, travaillant d'abord comme maître d'équipage avant de passer au métier d'électricien à la fin de son instruction de base. Il a passé la plus grande partie de sa carrière sur la côte ouest, notamment à bord du NCSM *Regina*, où il a été déployé dans le golfe Persique, et du NCSM *Protecteur*, l'ancien navire de ravitaillement de la MRC. Il a également travaillé comme instructeur à l'école de la flotte navale (Pacifique), en tant que gestionnaire de carrière pour le lancement du métier de technicien



Le premier maître de 1re classe Pascal Harel

maritime (MarTech). Il a été capitaine d'armes à bord des NCSM *Yellowknife*, *Edmonton* et *Winnipeg*. Tout au long de sa carrière, il a participé à sept déploiements ainsi qu'à plusieurs itérations de *Rim of The Pacific* (RIMPAC) et aux opérations *Caribbe* et *Wesploy*. Sa dernière affectation à Esquimalt a été celle de chef d'unité du Centre de coordination du personnel (PCC) en 2022. Il a également exercé des fonctions de supervision à l'Installation de maintenance de la flotte (IMF) Cape Breton, à l'administration de la base et à la Division de l'instruction en mer.

Selon un message général des Forces canadiennes, le pm1 Harel a été choisi pour le poste en raison de son "objectivité et de sa constance" tout au long de sa carrière. Le 12 mars, dans une com-

munication officielle, le Vam Topshee a présenté le Pm 1 Harel comme le 22e commandant/commandant principal de la MRC.

"Votre nomination reflète vos contributions importantes à la fois aux FAC [Forces armées canadiennes] et à la MRC", a déclaré le Vam Topshee. "En tant que mon conseiller supérieur non officier pour toutes les questions concernant le bien-être et le service de nos marins, des membres de l'équipe de défense et de leurs familles, ainsi que la culture de la MRC et notre état de préparation au combat, je sais que vous incarnerez l'éthique des FAC, que vous donnerez l'exemple et que vous illustrerez le haut niveau de confiance, que nos membres méritent."

Nouvelles de la marine en ligne : www.LookoutNewspaper.com

WESTSHORE U-LOCK MINI STORAGE

MILITARY
DISCOUNT
OFFERED



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



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



Les coureurs se disputent la position à l'approche de la mi-parcours.

Le Capitaine de vaisseau Kevin Whiteside, commandant de la BFC Esquimalt, était un participant enthousiaste.



Un membre du personnel des PSP essaie ses mouvements de boxe et de ballet pendant l'échauffement d'avant-course.



Sheena Finkbinder, le Ltv Lindsey Bookham et Malia Copley prennent la pose avec le personnel des PSP alors qu'ils portent les couleurs de la fierté avant l'échauffement. Photos : Peter Mallett/Lookout Newspaper

LA FORMATION 5K HISSE LE DRAPEAU ARC-EN-CIEL

Peter Mallett
Rédacteur en chef

Les membres des forces armées et du personnel civil qui ont participé à la course de 5 km du mois de juin l'ont fait avec fierté.

Plus de 200 coureurs se sont élancés de Y-Jetty à 8 h 30 le 28 juin, parcourant une boucle dans les rues de Naden et de Dockyard, dans le cadre de l'événement organisé à l'occasion de la Semaine de la fierté de Victoria. Alors que les organisateurs des Programmes soutien du personnel (PSP) ont distribué des drapeaux de la fierté arc-en-ciel ainsi que de l'eau et des collations pendant l'échauffement à la table de départ, une poignée de participants sont allés plus loin et ont revêtu des vêtements aux couleurs de l'arc-en-ciel pour célébrer l'occasion.

Parmi les coureurs les plus colorés de la foule se trouvait le lieutenant de vaisseau Lindsey Bookham, de la cellule de conditionnement physique des PSP. Elle a participé à la course vêtue d'un costume aux couleurs de l'arc-en-ciel aux côtés de deux de ses amies civiles, Malia 'Chastity' Copley et Sheena 'Charlie Chapstick'

Finkbinder, elles aussi vêtues de costumes et de maquillages colorés. Toutes trois participent à des spectacles de travestis avec le studio de danse local Passion and Performance et ont déclaré avoir sauté sur l'occasion de porter un costume pour le 5 km de la formation.

Organiser une course sur le thème de la fierté est un moyen très visible de promouvoir et de célébrer la fierté", a déclaré le lieutenant-colonel Bookham, qui se fait connaître sous le nom de scène de "Java the Butt". Le lieutenant de vaisseau Copley partage ce sentiment, ajoutant qu'il est "très cool" que l'armée fasse preuve d'un tel soutien et promeuve la fierté.

Le Capitaine de vaisseau Kevin Whiteside, commandant de la base de la BFC Esquimalt, faisait également partie des participants.

"L'Équipe de la Défense est un échantillon représentatif de la société canadienne, et notre mission consiste à célébrer et à encourager la diversité au sein de la formation. C'est formidable que les célébrations de la Semaine de la fierté fassent partie de cet événement sportif populaire", a déclaré le Capitaine de vaisseau Whiteside.

Selon Kiana Deland, l'une des instructrices en conditionnement physique et en sport qui

supervise le 5 km mensuel de la formation, les organisateurs ont choisi le thème de la fierté pour promouvoir l'inclusion et appuyer les initiatives de la Semaine de la fierté de Victoria (du 27 juin au 7 juillet).

Matt Carlson, officier/officière des affaires publiques de la base, a été le premier à franchir la ligne d'arrivée et a levé le poing triomphalement après avoir réalisé un temps de 16:44. Il était suivi par le Lt(N) Adrian Thow (17:38) et le Lt(N) Rodney Newcombe (18:08).

Le lieutenant Carlson, qui a remporté plusieurs fois le 5K de la Formation au cours des dix dernières années, a déclaré qu'il était très heureux de remporter la première course de la fierté du 5K de la Formation.

"Avoir une course de la fierté correspond parfaitement à la base et à ses objectifs de fournir un environnement accueillant et inclusif pour les membres militaires et les employés", a déclaré Carlson.

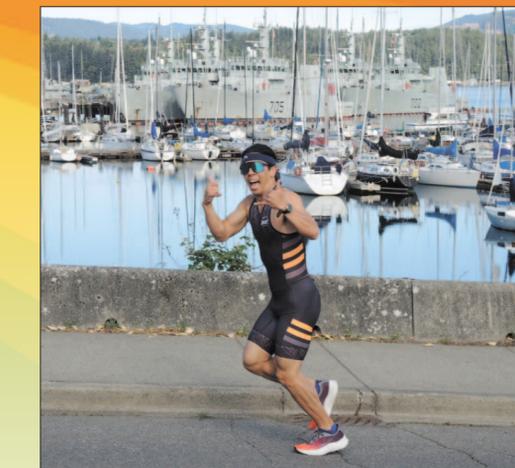
La course de 5 km de la formation vise à accroître l'engagement, l'esprit de corps et le renforcement de l'esprit d'équipe au sein de la formation. La course a lieu le dernier vendredi de chaque mois, qu'il pleuve ou qu'il vente.

STATISTIQUES DE LA COURSE DE LA FORMATION

1er	16:44	Matt Carlson
2e	17:38	Lt Adrian Thow
3e	18:08	Ltv Rodney Newcombe
4e	19:07	Mat1 Kyle Reyes
5ème	19:47	Felix Zhang
6e	19:53	Mat1 Amanda Polus
7ème	20:14	Mat3 Jonathan Martel-Trombley
8ème	20:42	Mat3 Matthew Thomson
9e	21:45	Mat3 Steven Bran
10e	21:46	Cplc Justin Roper

NOTEZ VOTRE CALENDRIER !

Événement social du Réseau de la fierté du service public
Mardi 9 juillet 16h30 - 19h30
Brasserie de l'île de Vancouver
Tous les 2ELGBTQ+ de la fonction publique,
Les alliés et les amis sont les bienvenus !
Contactez colin.lussier@forces.gc.ca pour plus d'informations.



Un coureur fait le signe du pouce levé.



Les trois premiers, le Ltv Rodney Newcombe (3e place), Matt Carlson (1re place) et le Ltv Adrian Thow (2e place) célèbrent leurs temps impressionnants.



Les coureurs se rassemblent sur la ligne de départ tandis qu'un membre du personnel des PSP lance le compte à rebours.

La DTPAO vous invite à marcher avec elle dans le défilé de la fierté de Victoria le 9 juillet.
Pour plus d'informations, contactez
AC : michele.newman@forces.gc.ca
JOYEUSE FIERTÉ !

LA MARINE ROYALE CANADIENNE ENTAME LA DEUXIÈME ANNÉE DU Programme d'expérience navale

MDN

Au printemps dernier, la Marine royale canadienne (MRC) s'est lancée dans une nouvelle initiative, le Programme d'expérience navale (PEN), visant à réimaginer la façon dont nous attirons, recrutons et formons les nouveaux marins, et la première cohorte du programme s'est enrôlée en juin. La première cohorte du programme s'est inscrite en juin. Le programme a maintenant atteint la fin de sa première année. Alors que la MRC entame la deuxième année du PEN, les dirigeants de la MRC espèrent que le programme continuera d'attirer de nouvelles recrues enthousiastes au sein de la Marine.

«Nous espérons que les commentateurs honnêtes des marins du PEN qui ont décidé de rejoindre nos flottes, d'autres éléments des Forces armées canadiennes, ou même de quitter la Marine et de retourner à leur vie civile, inciteront d'autres Canadiens à essayer le programme », a déclaré le contre-amiral Christopher Robinson, chef d'état-major naval adjoint, Personnel et instruction, de la MRC.

Le PEN a trois objectifs principaux : attirer et enrôler des participants, leur offrir une formation et une expérience professionnelle, et retenir le plus grand nombre possible de participants dans le service naval à temps plein. Au cours de l'année écoulée, les marins du NEP se sont familiarisés avec la vie dans la marine, en découvrant à la fois les défis et les avantages d'une carrière dans la marine. Aujourd'hui, ils se trouvent au seuil de leur décision, envisageant de s'engager dans une carrière navale à long terme au sein de la MRC.

Les professions navales les plus demandées par les marins du PEN sont celles de technicien en armement, d'opérateur de capteurs électroniques navals, d'opérateur d'information de combat naval et d'opérateur de navigation sonore et de télémétrie (SONAR). Viennent ensuite les métiers de technicien naval et de maître d'équipage.

Le PEN a pour but d'offrir aux participants une expérience pratique et des opportunités de formation. Au cours de la première année, les participants ont pu décider si une carrière dans la marine leur convenait, notamment

en se déployant à bord de navires de haute mer lors d'opérations et d'exercices internationaux, en participant à la formation professionnelle navale à bord de navires de la MRC et en prenant part à des cérémonies organisées par la MRC.

La mise en œuvre d'un programme aussi unique n'est pas sans poser de problèmes. Lors de la mise en place du programme, des inquiétudes ont été soulevées quant à l'intégration des marins du PEN dans les programmes de formation existants, sachant que des marins actuels sont en attente de formation et de qualifications professionnelles. La formation des membres actuels n'a pas été retardée par le PEN. En fin de compte, le but du PEN est de renforcer notre force navale, une priorité partagée par tous les membres de la MRC.

Au début de la deuxième année du PEN, la MRC tient compte des enseignements tirés de la première année et adapte le programme. Parmi les mesures que prendra la MRC, citons l'inscription continue des candidats au programme, la rationalisation du processus de sélection des professions afin d'inclure éventuellement des métiers appartenant à d'autres environnements opérationnels, et l'exploration plus poussée des expériences navales qui offriront le plus de valeur à la fois aux marins du PEN et aux marins non membres du PEN en attente de formation.

Les Canadiens et les résidents permanents qui souhaitent en savoir plus sur le PEN peuvent s'adresser à la division de la Réserve navale ou au Centre de recrutement des Forces canadiennes le plus proche pour en savoir plus, ou faire une demande en ligne sur le site Programme d'expérience navale - Canada.ca.

Les données préliminaires indiquent que 74 % de la cohorte inaugurale de participants au PEN ont choisi de rester dans les Forces armées canadiennes (FAC) après leur engagement d'un an. Une analyse plus complète des données sur la rétention sera disponible à l'automne 2024, à l'issue de l'engagement d'un an d'une cohorte plus importante. Encouragée par ces résultats, la MRC continuera d'enrôler des marins dans le programme afin de combler les pénuries de personnel au sein des groupes professionnels de militaires du rang de la Force régulière de la Marine.



RÉCITS DES PARTICIPANTS DE LA PREMIÈRE ANNÉE DU PEN

Marine royale canadienne

Un an s'est écoulé depuis que les premiers participants se sont joints au Programme d'expérience navale (PEN). Ils partagent maintenant leurs expériences et décident s'ils resteront dans la Marine ou s'ils passeront à autre chose.

«Je me suis jointe au Programme d'expérience navale parce que mon père, un adjudant-chef, m'a parlé du programme après avoir discuté avec des chefs de la Marine royale canadienne (MRC) », a déclaré Emma Duncan, aujourd'hui matelot de 3e classe (S3) de Winnipeg, au Manitoba. «L'occasion d'explorer la Marine sans engagement à long terme était trop belle pour la laisser passer. Servir le Canada comme mon père et mon frère était un grand honneur.

L'expérience du Mat3 Duncan a été enrichissante, dit-elle, qu'il s'agisse de participer à la cérémonie de la bataille de l'Atlantique ou de faire partie de la garde d'honneur lors de la mise en service du NCSM *William Hall*.

Le PEN offre un avant-goût de la vie dans la Marine, permettant aux gens d'essayer différents rôles pour voir s'ils veulent en faire une carrière. Mais même à court terme, l'adaptation à la vie dans la Marine comporte des défis. Le Mat3 Duncan a fait remarquer que le fait d'être loin de chez soi a

été la partie la plus difficile.

«Je suis très attachée à ma famille et le fait de ne pas pouvoir dîner avec elle tous les soirs a été difficile », a-t-elle déclaré.

Heureusement, le sens de la camaraderie l'a aidée à surmonter ce défi.

«La marine est comme une grande famille », dit-elle. «Je me suis fait beaucoup d'amis ici à Halifax et nous passons beaucoup de temps ensemble, ce qui fait que nous nous sentons comme à la maison.

Pour le Mat3 Uliia Wahn, un participant de Brandon, au Manitoba, le défi le plus important a été de s'adapter au rythme rapide de l'environnement au cours d'un voyage de trois semaines à bord du NCSM *Charlottetown*.

«Je me suis retrouvée à la traîne des marins qualifiés, hésitante à cause du rythme effréné de l'environnement. C'était un défi, mais poser des questions et faire un pas en avant m'a aidé à trouver ma confiance », a déclaré le Mat3 Wahn.

«J'ai pu participer à la cérémonie de franchissement de la ligne de démarcation, travailler avec l'équipage et même m'asseoir dans le cockpit du Cyclone », a déclaré le Mat3 Duncan, se souvenant de son séjour de trois semaines à bord du NCSM *Charlottetown* pendant l'opération Reuters.

NCSM *Charlottetown* pendant

l'opération *Réassurance*.

L'expérience la plus mémorable du Mat3 Wahn a été la traversée du cercle polaire arctique à bord du NCSM *Charlottetown* et la participation à la cérémonie du roi Neptune.

Les Mat3 Duncan et Wahn prévoient tous deux de poursuivre une carrière à temps plein dans la Marine. Le Mat3 Duncan s'est engagé comme opérateur de sonar et il est très enthousiaste à l'idée des aventures et des possibilités qui l'attendent. Le Mat3 Wahn envisage lui aussi une carrière à long terme dans la marine, appréciant le sentiment d'appartenance à la communauté et les compétences qu'elle a acquises.

En juin 2024, environ 1 459 personnes avaient présenté une demande de participation au PEN ; 179 marins ont été inscrits avec succès, dépassant l'objectif initial de 144, ce qui témoigne d'un début prometteur pour le PEN. Plus de 500 candidats sont actuellement à différents stades du processus de recrutement. Parmi le premier groupe de participants au NEP ayant terminé leur engagement d'un an, 74 % ont choisi d'entamer une carrière au sein de la Force régulière. La MRC disposera de données plus détaillées à l'automne 2024, lorsque la plupart des participants actuels au PEN auront terminé leur engagement d'un an.

We Salute Our Fleet

98.5 OCEAN

Les candidatures peuvent désormais être soumises : Programme national de bourses d'études Appuyons nos troupes

Le programme national de bourses Appuyons nos troupes est désormais ouvert aux candidatures jusqu'au 18 juillet.

Rendu possible grâce à la générosité des donateurs d'Appuyons nos troupes, le programme national de bourses d'études aide les membres des familles de militaires à poursuivre leurs rêves universitaires.

En raison des circonstances particulières de la vie militaire, les fonds nécessaires à la poursuite d'études postsecondaires peuvent constituer un

obstacle pour les familles des Forces armées canadiennes. Le Programme national de bourses d'études vise à atténuer certains de ces obstacles.

Les candidats retenus peuvent recevoir jusqu'à 5 000 \$ pour couvrir leurs frais de scolarité.

Pour savoir si vous ou quelqu'un que vous connaissez est admissible et faire une demande dès aujourd'hui, visitez le site : Programme national de bourses d'études - Appuyons nos troupes.

La date limite de dépôt des candidatures est fixée au jeudi 18 juillet à 17

heures (heure de l'Est).

Appuyons nos troupes est l'organisme de bienfaisance officiel des Forces armées canadiennes. Elle est administrée par les Services de bien-être et de moral des Forces canadiennes (SBMFC).

Appuyons nos troupes fournit un soutien financier direct et une assistance aux membres des FAC, aux anciens combattants et à leurs familles respectives de plusieurs façons importantes et qui changent souvent la vie, qui ne sont pas fournies par le financement public de base.

Pour en savoir plus sur leur travail, visitez la page Appuyons nos troupes à supportourtroops.ca ou envoyez un courriel à scholarships@cfmws.com pour obtenir des détails.



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
--	---



\$1,119,000 • 180 Caspian Dr. Royal Bay

4 Bedroom in Royal Bay
Lovely bright 4 bed 4 bath home in Royal Bay's new seaside community. Double garage with access off private lane, steps to parks, shopping and schools. Fully fenced yard for your pets and children.

Take the Virtual Tour!
bit.ly/4aue646

Call Shelly Reed Direct 250-213-7444

Sutton
WestCoast Realty
You've found a home

Sutton Group West Coast Realty
103-4400 Chatterton Way
Victoria, BC

PETITES ANNONCES

À LOUER

SUITE DANS LANGFORD près de View Royal. Suite d'une chambre à coucher lumineuse, moderne, propre, privée et tranquille avec patio, appareils électroménagers. Lave-vaisselle, micro-ondes, laveuse et sècheuse inclus. Quartier calme. Belle vue. Accès facile aux pistes cyclables. Parking 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. 2 200 \$/mois meublé ou 2 000 \$/mois non meublé. Services publics et wi-fi inclus. Contacter Max par texto 613-449-2836 06/10

3 CHAMBRES 1 SALLE DE BAIN - 2850 \$/mois - bail d'un an - Saxe Point à la limite d'Esquimalt. A VOIR ABSOLUMENT ! Prêt à emménager ! Techniquement un 3 chambres à

coucher mais une pièce est assez petite, pourrait être utilisée comme bureau. Cet appartement familial de 2 niveaux a été récemment rénové. Les chambres et la salle de bain sont situées à l'étage, la cuisine, la salle à manger/salon et les rangements sont au rez-de-chaussée. L'espace de vie principal est ensoleillé et lumineux, avec une terrasse privée et tranquille. Buanderie commune, garage sécurisé pour vélos et kayaks, 1 place de parking. NON FUMEUR, PAS DE CHIEN. Pour plus d'informations, appeler le 778-888-9927 de 9h à 18h.

A VENDRE

ESQUIMALT - Maison avec logement de fonction - 5 lits - 2 salles de bain - sur Wollaston St. Terrasse et cour arrière orientées au sud. 965 000 \$ Appelez Vicky 250-380-7323 06/03

VOUS VOULEZ LOUER / ACHETER / VENDRE / ANNONCER QUELQUE CHOSE ?

Pour annoncer, contactez Jazmin.Holdway@forces.gc.ca

APPELER MAINTENANT POUR LOUER

**1 MOIS DE LOYER
GRATUIT !**

Sur un bail de 13 mois.

252 Gorge Road East,
appartements de 1 et 2
chambres à coucher.

Téléphone 778-771-2362.




Haven
PREGNANCY SUPPORT CLINIC

Providing holistic support
for sexual health and
unexpected pregnancies

250-380-6883

info@havenpsc.ca

havenpsc.ca

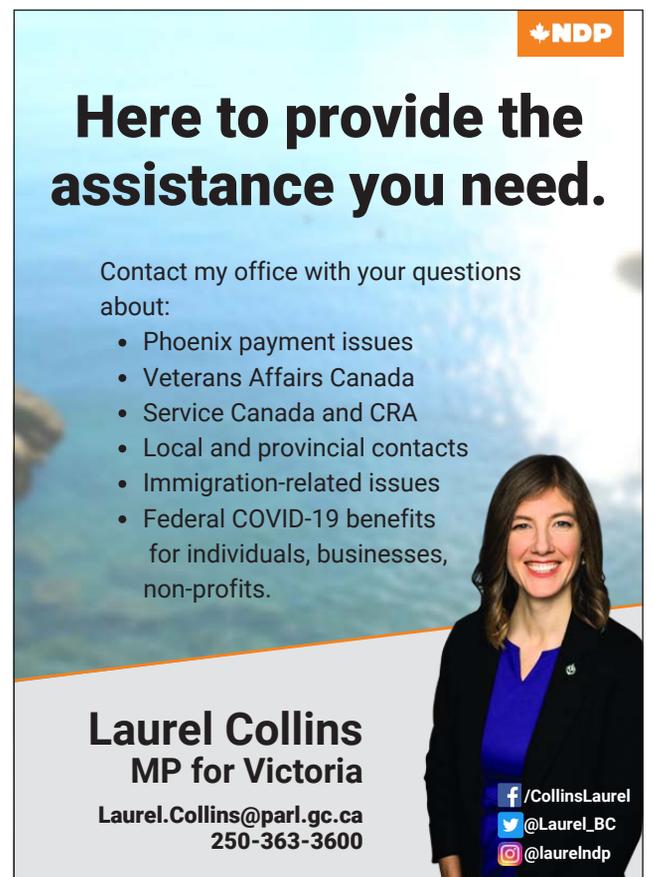
#112 - 826 North Park Street
Victoria, BC, V8W 3B4



**Avez-vous ce
qu'il
faut ?**

Le Lookout est à la recherche de personnes qui souhaitent "s'exprimer" par écrit. Si vous avez quelque chose à dire et que vous souhaitez collaborer, veuillez contacter Kateryna.Bandura@forces.gc.ca

Il s'agit d'un poste bénévole.



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](https://www.facebook.com/CollinsLaurel)
[@Laurel_BC](https://www.instagram.com/Laurel_BC)
[@LaurelNDP](https://www.instagram.com/LaurelNDP)



Le Capitaine de frégate Jeremy Samson, commandant/commandante du NCSM Regina, a remis des prix et des promotions en mer le 22 mai.

Photos : Matelot de première classe Brendan McLoughlin, Services d'imagerie des FMAR(P)



Le commandant Jeremy Samson (à droite), le Lieutenant de vaisseau Delaney Macphee (à gauche), le Matelot de 1re classe Alexandra Healy (troisième à partir de la gauche) promeuvent le Matelot de 1re classe Christopher Nemeth à son grade actuel.



Le maître de 2e classe Grant Macdonald reçoit la Décoration des Forces canadiennes pour ses 12 années de service.



Le sous-lieutenant Nauris Nikans reçoit la Médaille du service spécial.



Le matelot de 1re classe Nickolas Ratt reçoit la Médaille du service spécial.



Le matelot de 3e classe Campo reçoit la médaille du service opérationnel - Humanitas.



Le commandant Jeremy Samson (à droite) et le lieutenant de vaisseau Daniel Presseau (à gauche) promeuvent le matelot de 2e classe Johns à son grade actuel.



Le capitaine de frégate Jeremy Samson (à droite) et le lieutenant de vaisseau Gordon Dupuis (à gauche) promeuvent le matelot de 1re classe Yang au grade actuel.



Le commandant Jeremy Samson (à droite) et le maître de 2e classe Grant Macdonald (à gauche) donnent une promotion au matelot de 2e classe Campo au grade actuel.



Le capitaine de frégate Jeremy Samson (à droite) et le lieutenant de vaisseau Daniel Presseau (à gauche) promeuvent le matelot de 1re classe De La Torre au grade actuel.

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

BBB B.C. GOVERNMENT DESIGNATED INSPECTOR 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

le LOOKOUT
JOURNAUX ET ÉDITION

Nouvelles de dernière heure - Anciens numéros
Articles - Petites annonces

www.LookoutNewspaper.com

Cérémonie de reconnaissance et de remise de distinctions honorifiques des Maritimes du Pacifique



Les prix ont été remis par la lieutenant-gouverneure de la Colombie-Britannique, l'honorable Janet Austin, et le contre-amiral Christopher Robinson, commandant des Forces maritimes du Pacifique, à Government House le 30 mai.

Photos : Caporal Tristan Walach, Services d'imagerie des FMAR(P)



Lisa deWit reçoit le prix Eagle Feather.



Le matelot de 1re classe David Eaglestick reçoit la mention élogieuse du CRCN.



L'adjudant Genevieve Girard reçoit la Mention élogieuse du commandant en chef.



Le Capitaine de corvette Jordan Thwaites reçoit la Mention élogieuse du CmtD COIC.



Tracy Cornforth reçoit la mention élogieuse du CRCN.



Le matelot de 3e classe Chase Olsen reçoit la mention élogieuse du CRCN.



Le Capitaine de corvette Sebastian Harper reçoit la mention élogieuse du CRCN.



Le Capitaine de corvette Sébastien Harper reçoit la Mention élogieuse du CmtD COIC.



Le premier maître de 2e classe Stephen Rownd reçoit la mention élogieuse du cmtD COIC.



Le lieutenant de vaisseau Nicolas Hull reçoit le certificat de mérite du MCC.



Le maître de 1re classe Joshua Mollins reçoit le certificat de mérite de la CMC.



La première maître de 2e classe Lindsay Maybury reçoit le prix MARPAC Bravo Zulu.



Mary-Ellen Clark et Frank Jeffrey reçoivent le prix Bravo Zulu des FMAR(P).



Le quartier-maître de 2e classe Jeffrey Horan reçoit le prix Bravo Zulu des FMAR(P).



Le caporal Cory McMillan reçoit le prix Bravo Zulu des FMAR(P).

Group | Auto Centre

\$500 ADDITIONAL SAVINGS FOR MILITARY MEMBERS

• NEW CREDIT • NO CREDIT • BAD CREDIT • NO PROBLEM
 CASH BACK OPTIONS AVAILABLE • UP TO 3 MONTHS NO PAYMENTS



2021 Chevrolet Silverado 1500 LTZ

Rare Duramax! | Leather Seats | Power Running Boards
79,193km

Was: \$61,957
Save: \$6,957

\$55,000

Stock No. 410286



2022 Dodge Durango GT

Sunroof | Tow Package | 2nd Row Captains Chairs
64,644km

Was: \$46,998
Save: \$3,137

\$43,861

Stock No. 410286



2023 Volkswagen Golf GTI 40th Anniv.

Heads-Up Display | Apple CarPlay & Android Auto
3,036km

Was: \$39,998
Save: \$2,500

\$37,498

Stock No. 410286



2023 Ford Escape Plug-In Hybrid

No PST | Back Up Camera | Apple CarPlay & Android Auto
6,429km

Was: \$45,998
Save: \$7,206

\$38,792

Stock No. 410286



2017 Hyundai Elantra GT GL

Bluetooth | Backup Camera | Heated Seats
104,600km

Was: \$17,998
Save: \$4,000

\$13,998

Stock No. 410282



2014 Honda Civic Sedan LX

Keyless Entry | Power Windows | Air Conditioning
102,825km

Was: \$15,998
Save: \$1,998

\$14,000

Stock No. 410286



2017 Ford F-150 Lariat

Twin-Panel Moonroof | 3.5L V6 EcoBoost Engine
95,294km

Was: \$40,998
Save: \$1,000

\$39,998

Stock No. 10242A



2018 Audi Q3 Progressive

Leather | Moonroof | Backup Camera | Navigation
78,124km

Was: \$30,998
Save: \$4,000

\$26,998

Stock No. 31028A



2017 RAM 3500 Laramie

Long Box | 8.4" Touchscreen | Spray In Liner | 6 Passenger
83,128km

Was: \$55,998
Save: \$3,117

\$52,881

Stock No. 410286



2013 Ford Edge SEL

Leather | Sunroof | Heated Seats | Backup Camera
97,402km

\$15,998

Stock No. 41028A



2021 Ford Ranger XLT

FX4 Off-Road Pkg | Tow Pkg | Remote Start | Rear Slider
34,280km

\$43,998

Stock No. 410286



2015 RAM 2500 Outdoorsman

8.4" Inch Screen | Power Seat | Backup Camera | Skid Plates
199,659km

\$24,998

Stock No. 10028A

WE BUY PRE-OWNED VEHICLES!

VISIT OUR NEW LOCATION



groupautocentre.com



250-298-6218



1660 Island Hwy, Victoria, BC