

**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 39  
18 novembre 2024

# Lookout

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

www.lookoutnewspaper.com | facebook & Instagram #LookoutNavyNews



Le titre de cette édition est basé sur une édition de 1943 de notre journal. LA SOURCE D'INFORMATION DE CONFIANCE DE L'ARMÉE CANADIENNE DEPUIS 81 ANS



Journée du souvenir 2024  
N'oublions pas

Cérémonie du jour du Souvenir au cénatrophe du Parlement de la Colombie-Britannique, à Victoria, le 11 novembre. Photo : Matelot de 1re classe Alexander Koller, 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

south island HOME TEAM  
ROYAL LEPAGE  
Helping you is what we do.

**We proudly serve the Canadian Forces Community**

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

**MOLLY MAID**  
www.mollymaid.ca

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

**CAF VETERAN REALTOR®**



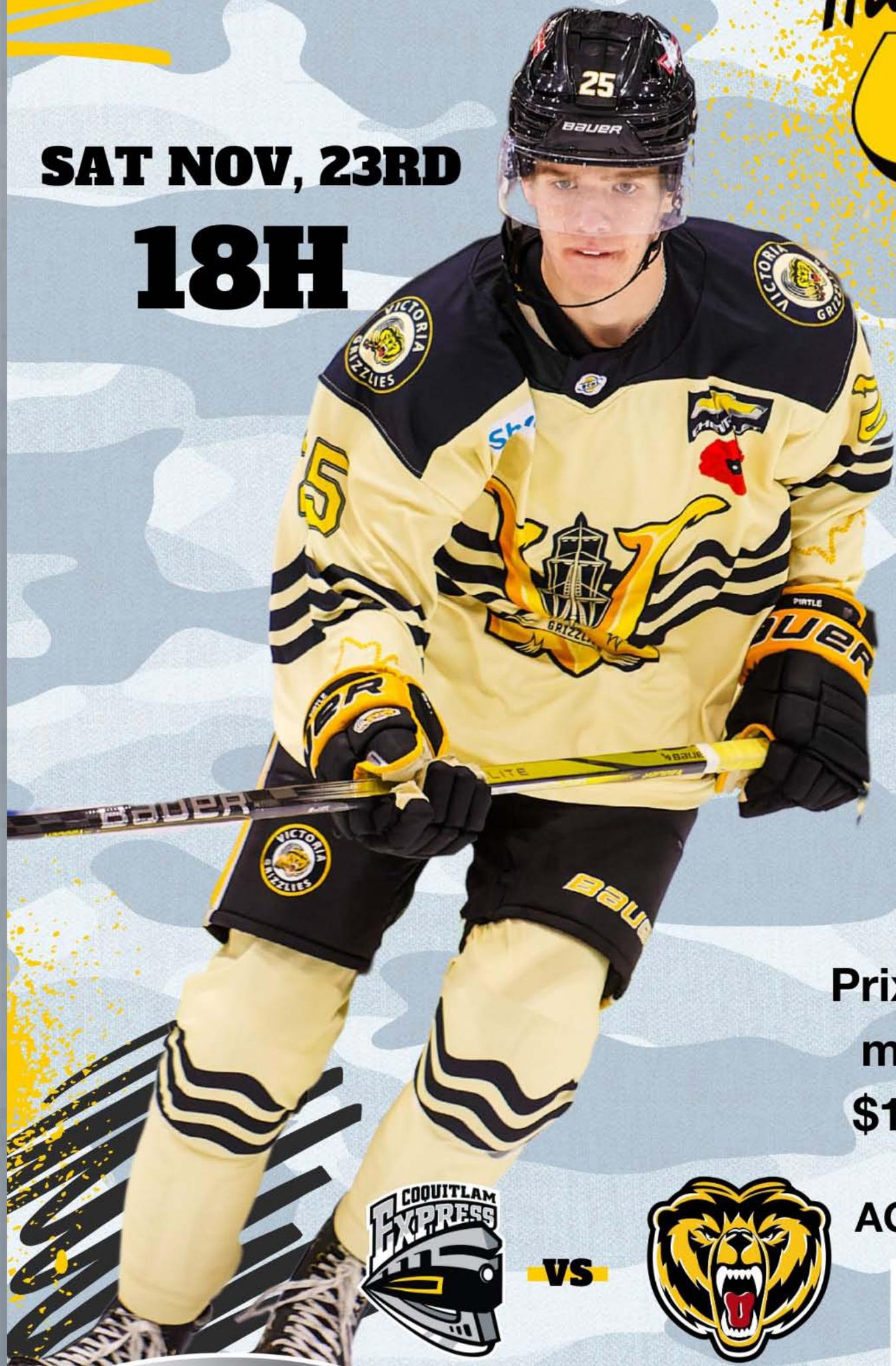
**ENGEL & VÖLKERS®**  
KARL RUSSELL

250-812-2042  
karl.russell@evrealestate.com  
735 Humboldt St, Victoria, BC V8W 1B1

# SOIRÉE DE RECONNAISSANCE POUR LES FORCES ARMÉES CANADIENNE À

SAT NOV, 23RD  
**18H**

The **Q**



Prix pour les  
militaires:  
**\$15 Adults**

**ACHETER ICI**



**VS**



**JEUNES LOCAUX DE 18 ANS ET MOINS :  
GRATUIT LORSQU'ILS SONT ACCOMPAGNÉS  
D'UN ADULTE**





## Destruction des explosifs et munitions en mer

Mission en haute altitude avec Parcs Canada

Maître de 2e classe Paul Paquette inspectant le site de l'UXO sur le pic Ross après la détonation réussie de l'UXO. Photo : Maître de 1re classe Burrell

En 2 Patrick Delisle

Affaires publiques des FMAR(P)

Alors que l'hélicoptère s'élève à plus de 2 000 mètres d'altitude, deux spécialistes de la neutralisation des explosifs et munitions (NEDEX) contemplent les pics escarpés des montagnes Rocheuses, dont la beauté sereine contraste fortement avec la mission dangereuse qui les attend. Par mesure de sécurité, l'un des techniciens EOD tient les explosifs plastiques C4 dans son sac, tandis que l'autre porte les détonateurs. Bientôt, ils atterriront et entameront la tâche précaire de localiser et d'éliminer les munitions, assurant ainsi la sécurité de cet environnement majestueux pour les générations futures.

Voler dans un hélicoptère chargé d'explosifs au-dessus d'un col de haute montagne peut sembler sortir d'un film de James Bond, mais pour la cellule de neutralisation des explosifs et munitions (MEOD) de l'unité de plongée de la flotte (Pacifique) (FDU[P]), il s'agit d'un mardi comme les autres.

Mais pourquoi des plongeurs de la marine hautement spécialisés sont-ils chargés de faire exploser des projectiles sur le flanc d'une montagne ? La réponse réside dans les responsabilités uniques de l'unité FDU(P). Cette équipe d'élite est chargée de l'élimination des munitions militaires. Leur expertise permet de garantir que même les endroits les plus difficiles et les plus austères - que ce soit le fond de la mer ou les crêtes déchiquetées du parc national des Glaciers - sont à l'abri des dangers que représentent les restes d'explosifs militaires.

Lors de leur dernière mission, ils se sont rendus à Revelstoke, en Colombie-Britannique, pour se débarrasser de deux munitions non explosées (UXO) provenant d'une précédente opération (Op) Palaci et trouvées dans des endroits reculés à Crossover et Ross Peak, loin du sentier pour tous les randonneurs, à l'exception des plus intrépides. L'opération Palaci est une opération conjointe des Forces armées canadiennes (FAC) et de l'Agence Parcs Canada (APC) au col Rogers, en Colombie-Britannique, dont l'objectif est de réduire le risque d'avalanches naturelles. Pour ce faire, des frappes

d'artillerie précises sont utilisées pour créer des avalanches contrôlées, avant que le manteau neigeux n'atteigne un point où l'avalanche pourrait devenir beaucoup plus destructrice.

Après des mois de planification, de suivi des conditions météorologiques et une journée de voyage jusqu'à Revelstoke, le Maître 1re classe (M 1) Burrell et le Maître 2e classe (M 2) Paquette étaient sur les lieux. Le M 1 Burrell, chef du service de neutralisation des explosifs et munitions, a déclaré : "En moyenne, nous recevons une centaine d'appels par an pour la neutralisation des explosifs et munitions en Colombie-Britannique".

La préparation de la mission a été méticuleuse, les opérateurs choisissant de manière sélective leur chargement afin de s'assurer que seul l'essentiel était inclus. La nécessité d'un équipement minimal s'explique par l'importance du poids, l'hélicoptère devant s'élever à des altitudes aussi élevées. Outre les explosifs et les outils spécialisés, ils ont également emporté du matériel de survie essentiel pour les montagnes. Ce matériel comprenait des fournitures d'urgence, des trousse de premiers soins et du spray anti-ours, étant donné la possibilité de rencontrer des grizzlis sur la piste.

Le matin de la mission, un briefing sur la sécurité des UXO a été organisé, ainsi qu'une présentation du plan visant à les faire exploser en toute sécurité, y compris les itinéraires d'évacuation possibles en cas d'urgence.

Après avoir été déposée dans une zone d'atterrissage désignée, l'équipe a marché jusqu'à Crossover Peak et a localisé la première UXO, un obus d'artillerie d'obusier de 105 mm. Bien que chaque tâche EOD soit différente, l'approche de base reste la même. Une fois que l'endroit est jugé sûr pour l'élimination, l'équipe prépare sa propre charge explosive, se déplace vers un endroit sûr, puis déclenche l'explosion.

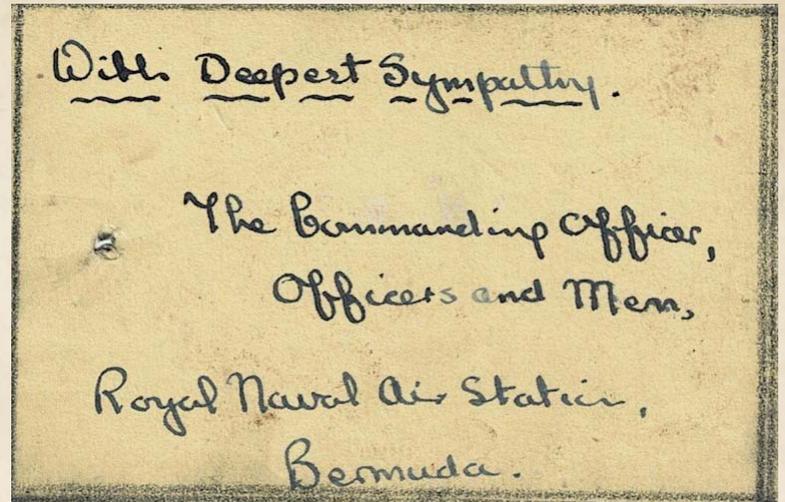
Lorsqu'on lui demande ce qu'il ressent lorsqu'il est régulièrement confronté à des explosifs, le M 1 Burrell plaisante : "C'est amusant, mais on s'y habitue au bout d'un moment. Les gars cool ne regardent pas les explosions." Il termine en déclarant : "Je tire beaucoup de satisfaction de mon travail. Nous rendons le monde plus sûr, une explosion à la fois !"



Image prise près de l'emplacement de la munition non explosée sur Cross Peak. Photo : Maître de 1re classe Burrell

## En souvenir du "duc chuchotant" Schiller

Un héros oublié de l'aviation canadienne



Kateryna Bandura

Contributeur Lookout

Un nouveau livre sur l'histoire militaire canadienne met en lumière la vie extraordinaire d'un pionnier de l'aviation canadienne dont les exploits audacieux et les contributions aux premiers vols ont largement disparu de la mémoire publique.

L'ouvrage de Tom Douglas, *Whispering Duke Schiller : Le pionnier de l'aviation canadienne* ressuscite l'histoire remarquable de Clarence Alvin "Duke" Schiller, un homme dont les exploits aériens rivalisaient avec ceux de ses contemporains les plus célèbres.

Douglas, journaliste et auteur chevronné, passionné par le patrimoine militaire canadien, a découvert cette histoire passionnante grâce à un lien personnel : Duke Schiller était son grand-oncle.

"J'ai grandi en entendant des histoires sur ses exploits et ses escapades, mais je n'ai jamais rien vu de lui dans la presse", explique M. Douglas.

Inspiré par la tradition familiale et armé d'un trésor de documents personnels, Douglas s'est lancé dans un voyage pour découvrir toute l'étendue des aventures de Schiller. Le livre retrace la vie de Schiller, depuis les origines de sa famille, des colons hessois de l'Ontario, jusqu'à ses exploits mortels en tant que pilote dans les années 1920 et 1930. Tout au long de cette illustre carrière, Schiller a reçu des surnoms, notamment "Whispering Duke" et "Foghorn Duke", références ironiques à la voix forte et aboyante qu'il avait développée en raison de la surdité extrême de son père.

L'un des épisodes les plus captivants raconte le rôle central de Schiller dans le sauvetage de l'équipage du Bremen, le premier avion à avoir réussi un vol transatlantique d'est en ouest. Lorsque l'avion s'est écrasé sur l'île isolée de Greenly, au large du Labrador, ce sont les compétences et le courage de Schiller qui ont sauvé les aviateurs en détresse d'une mort certaine dans les rudes conditions hivernales.

"Mais ceux qui étaient pessimistes et pensaient que le sort des trois pilotes européens se résumerait à une mort différée n'avaient pas pris en compte le savoir-faire aéronautique et les nerfs d'acier de Clarence Alvin 'Whispering Duke' Schiller", explique Douglas.

Les recherches de M. Douglas s'appuient sur

des archives familiales et de nombreux journaux. L'histoire raconte celle d'un homme qui a risqué sa vie à plusieurs reprises au nom du progrès et de la compassion humaine.

"J'ai été surpris d'apprendre que Duke avait été pris pour un agent du gouvernement à l'époque de la prohibition aux États-Unis et qu'il avait été battu presque à mort par des trafiquants de rhum aux Bahamas", raconte M. Douglas. "Il a passé dix jours dans le coma à Nassau. Ironiquement, quelques jours auparavant, il avait sauvé la vie d'une habitante des Bahamas vivant sur l'une des îles Out en lui envoyant par avion un médecin et des médicaments."

Pourtant, comme le fait remarquer Douglas, "vous pourriez mentionner son nom aux cent premières personnes que vous arrêteriez dans la rue et personne ne saurait de qui je parle".

La passion de l'auteur pour l'histoire militaire et les récits de vétérans est profondément ancrée.

"Mon père était un ancien combattant de la Seconde Guerre mondiale et j'ai toujours admiré ceux qui ont tout risqué pour se battre pour leur pays", explique M. Douglas.

Son parcours professionnel, qui l'a amené à enseigner dans des écoles du MDN à l'étranger et à occuper le poste d'assistant en communication auprès du ministre des anciens combattants, a renforcé son intérêt pour la préservation de ces récits importants.

L'ESPOIR espère que son travail inspirera un respect nouveau ou renouvelé pour les sacrifices consentis par les hommes et les femmes qui mettent de côté leur propre sécurité et leur confort pour sauvegarder la démocratie. La création du livre n'a pas été sans difficultés. Douglas décrit le processus de recherche comme "une épreuve, [mais] c'était un travail d'amour".

En ce jour du Souvenir, alors que nous rendons hommage à ceux qui ont servi en uniforme, souvenons-nous également des pionniers comme Duke Schiller, dont l'esprit audacieux et l'engagement inébranlable envers le progrès ont contribué à façonner le monde dont nous héritons. Grâce à la narration vivante de Douglas, nous nous assurons que des Canadiens remarquables comme Duke Schiller ne soient jamais oubliés et que leur courage continue d'inspirer les générations à venir.

Le livre est disponible auprès de CANEX et de  
[www.tagonapress.com/product/whispering-duke-schiller/](http://www.tagonapress.com/product/whispering-duke-schiller/)

# Le LOOKOUT

JOURNAUX ET ÉDITION

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

f LookoutNewspaperNavyNews @ LookoutNavyNews

## L'ÉQUIPE DE LOOKOUT

### ÉDITEUR EN CHEF

Jazmin Holdway .....jazmin.holdway@forces.gc.ca

### ÉCRIVAIN

Paul Dagonese..... dagonese.paul@cfmws.com

### PRODUCTION

Teresa Laird ..... production@lookoutnewspaper.com

Leslie Eaton.....250-363-3127

.....eaton.leslie@cfmws.com

### ADMINISTRATION ET COMPTABILITÉ

Andrea Modesto .....250-363-3127

.....Andrea.Modesto@forces.gc.ca

### PUBLICITÉ

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

.....military.base.advertising@gmail.com

### CONSEILLERS ÉDITORIAUX

Rodney Venis ..... 250-363-7060

Publié toutes les deux semaines, le lundi, sous l'autorité du capitaine de vaisseau 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 : Diffusion bihebdomadaire imprimée et en ligne : 4 000 exemplaires par numéro plus l'engagement dans les médias sociaux

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](http://www.lookoutnewspaper.com)

Télécopieur : 250-363-3015

Accord de vente de produits par la poste au Canada 40063331



[www.LookoutNewspaper.com](http://www.LookoutNewspaper.com)



La tombe du soldat inconnu à Ottawa, ON. La photo : Adjudant-maître (retraité) Floyd Powder

# L'universalité du sacrifice

## Fardous Hosseiny

Président-directeur général de l'Atlas Institute for Veterans and Families (Institut Atlas pour les vétérans et les familles)

À l'approche du jour du souvenir, je me pose une nouvelle question cette année : Dans le cadre de la commémoration, qui pourraient être les oubliés ?

Ici, au Canada, nous savons que plus de 118 000 braves soldats ne sont pas rentrés chez eux auprès de leurs proches au cours de notre courte histoire en tant que nation. Les huit *Livres du Souvenir* du Canada, où sont consignés les noms de tous les Canadiens morts au service de leur pays, sont actuellement exposés au Centre d'accueil des visiteurs de la Colline du Parlement, dans la Salle du Souvenir.

Anciens Combattants Canada et la Commonwealth War Graves Commission veillent à l'entretien de plus de 300 000 stèles et lieux de sépulture de membres des Forces armées canadiennes ici et dans le monde, y compris ceux dont le décès n'a pas été directement attribué au service. Il est particulièrement significatif de savoir que ce programme existe pour entretenir les monu-

ments tombés en désuétude ou dont aucun parent vivant n'est en mesure de continuer à assurer l'entretien.

Qu'ils reposent dans les Flandres, à Bény-sur-Mer, à Beechwood, ou qu'ils soient anonymes dans le monde entier, ce sont des lieux où repose la bravoure. Leur vie et leur service doivent être honorés.

Au-delà de ces chiffres, on reconnaît de plus en plus l'existence d'un nombre qui n'est pas pris en compte, à savoir les personnes qui ont perdu la vie en raison de blessures psychologiques subies pendant leur service. Alors que les conversations deviennent plus ouvertes et plus honnêtes sur la santé mentale et sur les conséquences réelles du service, lorsque nous perdons un ancien militaire (ou un membre en service) par suicide, la question que beaucoup se posent aujourd'hui est la suivante : comment rendre officiellement hommage à ces vies ?

À l'Atlas Institute for Veterans and Families, les réactions de notre communauté sont que les blessures de santé mentale ne sont pas différentes des blessures physiques que subissent nos vétérans et qu'elles doivent être traitées comme telles. Ils ne sont pas moins des héros que ceux qui sont morts en

uniforme. Nous pouvons faire cette déclaration sans équivoque et rendre hommage, le 11 novembre, à nos anciens combattants et aux membres de leurs familles, à leurs proches décédés en service ou après le service à la suite de blessures subies. Nous sommes heureux de voir que la mère de la Croix du Souvenir de cette année (également connue sous le nom de mère de la Croix d'argent) a été reconnue pour la perte de deux de ses fils en raison des conséquences du syndrome de stress post-traumatique.

En élargissant nos pratiques de commémoration à tous les types de blessures, nous avons l'occasion de devenir des leaders dans la promotion d'une reconnaissance globale des sacrifices des anciens combattants et d'étendre cette reconnaissance à des actes quotidiens de sensibilisation, de soutien et d'éducation concernant les réalités complexes du service militaire.

Peut-être pouvons-nous aller de l'avant avec une compréhension renouvelée : Le service est le service, le sang de tous les héros ne meurt jamais et notre souvenir de tous devrait être aussi durable, quelle que soit la nature de leurs blessures.

# 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](http://www.galaxymotors.net)  
[www.galaxyrv.net](http://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





La Journée nationale des anciens combattants autochtones a été soulignée par des membres de la BFC Esquimalt et des communautés autochtones locales lors d'une cérémonie qui s'est déroulée le 8 novembre au centre-ville de Victoria.

Il s'agit d'une importante journée de commémoration qui rend hommage aux contributions des Premières nations, des Métis et des Inuits qui ont participé aux efforts militaires du Canada. Des milliers d'autochtones ont servi pendant la Première Guerre mondiale, la Seconde Guerre mondiale, la guerre de Corée et d'autres conflits.

Illustration photo. Photos : Caporal-chef William Gosse et Matelot-chef Veni Colico des services d'imagerie des FMAR(P).



ElysiaAllenHomes.com

### Military Relocation Specialist and Veteran

*As a retired Canadian Armed Forces member, I'm experienced in networking and collaborating with BGRS and maximizing your HHT, making your move as seamless as possible.*



**ELYSIA ALLEN**  
REAL ESTATE

**250-882-8938**

3194 Douglas St. Victoria, BC

Elysia@ElysiaAllenHomes.com



**Shop & Sip**  
*des Fêtes*

Venez faire des emplettes et siroter des boissons, déguster des friandises de saison et participer aux tirages au sort, le tout dans notre magnifique espace au bord de l'eau !

Complétez votre liste de courses grâce à notre mélange de commerces, d'artisanat et de friperie !

L'entrée se fait par un don de denrées non périssables ou d'argent liquide pour soutenir Rainbow Kitchen.

**Le dimanche 01 décembre  
DE 13 H À 17 H**

Mess du chef  
...et des officiers...

Vous souhaitez devenir vendeur ?  
Contactez [Andrea.Modesto@forces.gc.ca](mailto:Andrea.Modesto@forces.gc.ca)

## 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**

# POINT HOPE MARITIME

A RALMAX COMPANY



## POINT HOPE MARITIME

345 Harbour Road, Victoria, BC V9A 3S2  
Esquimalt Graving Dock, 825 Admirals Road, Victoria, BC V9A 2P1  
250-385-3623 | [info@pointhopemaritime.com](mailto:info@pointhopemaritime.com) | [pointhopemaritime.com](http://pointhopemaritime.com)



We are proud to honour the dedication and achievements of those serving in the Canadian Armed Forces and we regard with reverence, the bravery and sacrifices of Canada's veterans and soldiers.

**Always revered.  
Never forgotten.**

Point Hope Maritime takes pride in providing quality, reliable ship repair and maintenance services to support all the people serving in the Royal Canadian Navy.

## Les FMAR(P) à l'affût : Programme national Sentry



Le Matelot-chef (Matc) Jed Garcia. Photo fournie



Le Matelot-chef Jed Garcia a représenté la Marine royale canadienne en tant que sentinelle lors de la cérémonie nationale du jour du Souvenir à Ottawa. Photo : Cpl Liam Du Plessis

### Ens 2 Simon Gonsalves Affaires publiques des FMAR(P)

En 2022, le Matelot-chef (Matc) Jed Garcia a été affecté aux services d'information de la base des Forces canadiennes (BFC) Esquimalt en tant que technicien de soutien des services de communications navales, chargé de veiller à ce que les communications avec la flotte canadienne du Pacifique restent sécurisées en mer. Cependant, le Matc Garcia s'est récemment vu offrir une opportunité de haut niveau qui était tout sauf normale - assez extraordinaire, en fait.

Du 7 octobre au 11 novembre, Matc Garcia a été sélectionné pour participer au prestigieux Programme national de sentinelle (PNS). Ce programme prévoit une rotation de membres de diverses branches des Forces armées canadiennes (FAC) et de la Gendarmerie royale du Canada. Des membres d'unités de la Marine royale canadienne (MRC), de l'Armée canadienne, de l'Aviation royale du Canada et des unités des Rangers canadiens de tout le Canada, d'un océan à l'autre, se portent

volontaires pour participer, mais moins d'une douzaine d'entre eux sont sélectionnés. Les participants au programme sont choisis en fonction de leur conduite exemplaire, de leur expérience en matière de déploiement, de leur engagement au sein de la communauté, ainsi que de leur conditionnement physique.

Cette année, la FAC a posté 11 des 12 sentinelles qui gardent stoïquement la Tombe du Soldat inconnu, le rappel le plus emblématique et le plus visible du service et du sacrifice militaires au Canada. Au début du nouveau millénaire, les restes d'un soldat canadien non identifié de la Première Guerre mondiale ont été rapatriés de France et enterrés dans une tombe spéciale devant le Monument commémoratif de guerre du Canada à Ottawa. Depuis 2007, des représentants de la FAC montent la garde avec diligence sur la tombe, rendant ainsi hommage aux 116 000 Canadiens qui ont perdu la vie en défendant la cause de la paix et de la liberté, ainsi qu'à ceux qui ont servi dans les grandes guerres du XXe siècle et dans la myriade de conflits qui les ont suivies.

Lorsqu'on lui a demandé pourquoi il s'était initialement porté volontaire pour le PNS, le Matc Garcia a répondu qu'il était motivé par la gratitude qu'il ressentait pour "la vie que mes parents avaient faite pour mes frères et moi ici au Canada, le volontariat était ma façon de leur rendre la pareille, ainsi qu'à mon pays et à ma communauté." Bien que le Matc Garcia ait été affecté en Colombie-Britannique après avoir rejoint la MRC, sa famille est restée en Ontario et a récemment déménagé dans la région d'Ottawa en 2021. Après 20 ans au Canada et 14 ans en uniforme, il décrit le programme des sentinelles nationales comme une "occasion extraordinaire de représenter mes camarades marins, et je suis incroyablement excité à l'idée que ma famille se joigne à moi pendant les cérémonies - je sais qu'elle sera fière de moi".

Tout au long de sa carrière dans la marine, le Matc Garcia a été extrêmement fier "non seulement d'incarner les valeurs de service et d'intégrité, mais aussi de donner un exemple positif à ses pairs et à l'ensemble de la communauté navale".



★ **MILITARY DISCOUNT 15% OFF** ★  
(Excludes alcohol and happy hour.)



**BROWNS CRAFTHOUSE®**  
KITCHEN & BAR

Browns Craffthouse Vic West  
100-184 Wilson Street • Victoria, BC

## VENDEURS RECHERCHÉS

Gagner de l'argent pour les fêtes de fin d'année



### NOUS RECHERCHONS

ARTISTES ET ARTISANS  
FABRICANTS ET BOULANGERS  
HOBBYISTES ET COLLECTIONNEURS  
ENTREPRISES À DOMICILE



Venez vendre au  
Shop & Sip  
des Fêtes  
à la BFC Esquimalt

**TABLE GRATUITE**  
Militaire - Employé du MDN  
& FNP / PSP  
Preuve de statut requise

**Le dimanche**  
Dec. 01  
13 h à 17 h  
Mess du chef et des officiers

**30 \$ / table**  
Grand public  
Une offre exceptionnelle dans un lieu idéal avec un parking, et sur les routes des transports en commun.

Contactez [Andrea.Modesto@forces.gc.ca](mailto:Andrea.Modesto@forces.gc.ca)  
pour plus d'informations / pour vous inscrire

# We Salute Our Fleet

# 98.5 OCEAN

**UNDE LOCAL 1009**

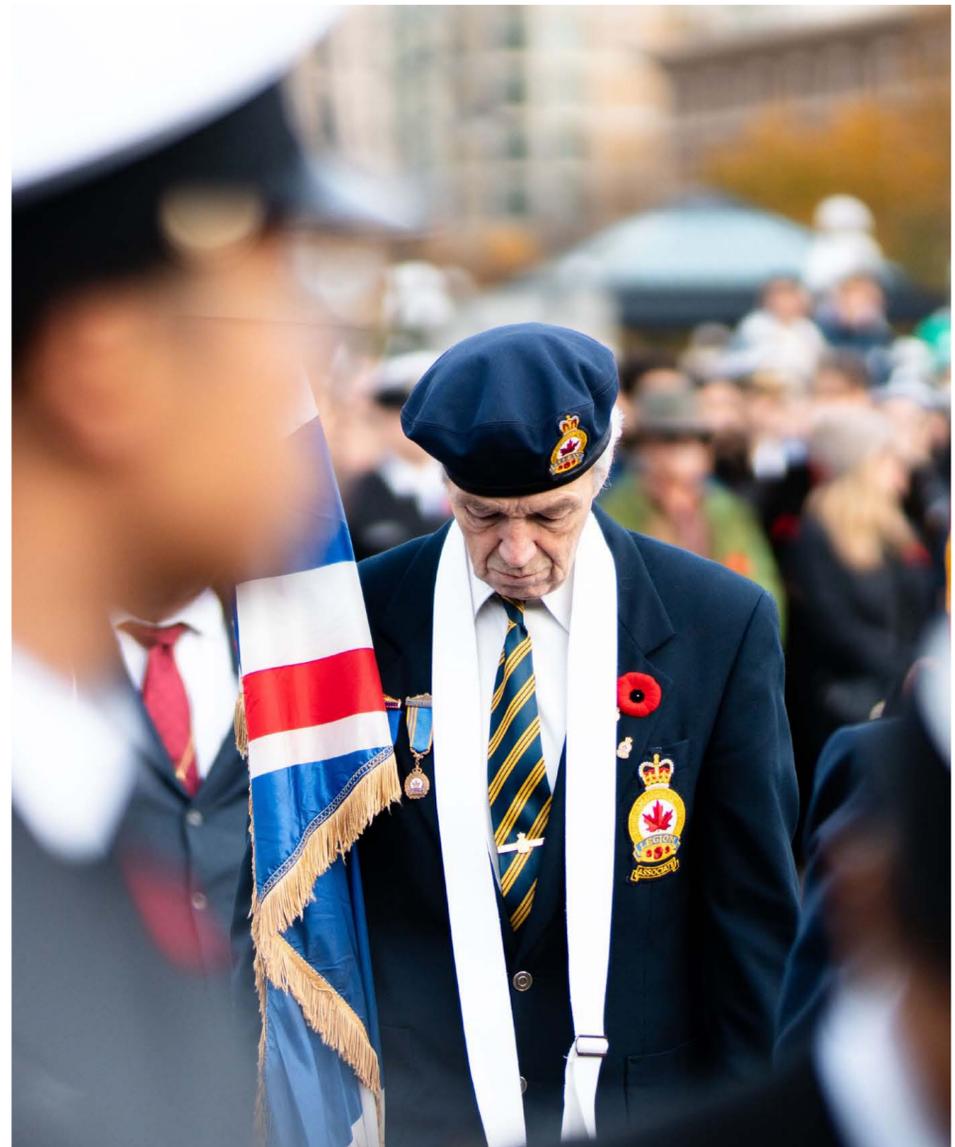
# Lest We Forget

Locations • Petites annonces  
Anciens numéros • Communiqués de presse

[www.LookoutNewspaper.com](http://www.LookoutNewspaper.com)

**Fall in –  
to savings  
with BMO.**

**BMO** Official bank of the Canadian Defence Community



**SOUVENIR**  
Centre-ville de Victoria **JOUR 11**  
**NOVEMBRE**

Photos fournies par Services d'imagerie des FMAR(P)

**Maggie Claydon, PsyD**  
Registered Clinical Counsellor & EMDR Therapist  
Independent Online Trauma Counselling Services

Counselling inspired by mindful, balanced living

10% off the first session for Military.  
Free 15 min Consultations for new clients.

[maggielclaydon@gmail.com](mailto:maggielclaydon@gmail.com) [maggielclaydoncounselling.com](http://maggielclaydoncounselling.com)

**CANEX** CANADA'S MILITARY STORE

**CANEX.CA**

1343 Woodway Rd., Esquimalt 250.388.6428

**Vacant Home Staging from \$2,000**

Call Shelly Direct 250-213-7444  
Shelly Direct Property Stager  
Fluff It Up! Home Staging Solutions  
[www.fluffitup.ca](http://www.fluffitup.ca)

**CFB Esquimalt Golf Association**  
Are you a golfer and tired of paying full rates for green fees?

Come join our association.

- Discounted rates at local courses
- 4 member only tournaments a year
- One epic road trip to the interior of BC
- Meet and play golf with members of the Defence Community

Details at [CFBEGA.ca](http://CFBEGA.ca) or Facebook CFBEGA

**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

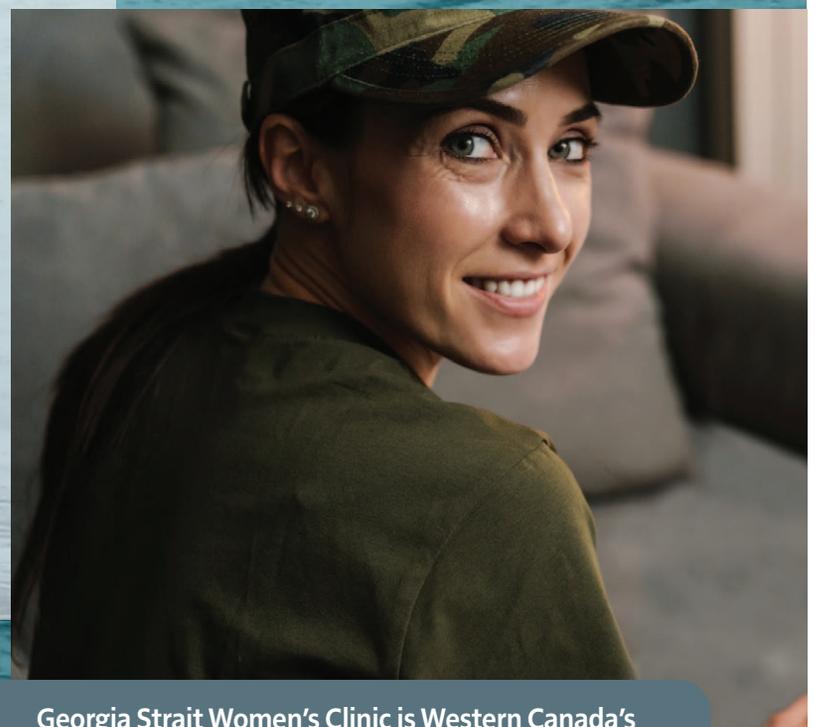
# Treatment IS WITHIN REACH

## Addiction, Mental Health & Trauma Treatment just a Ferry Ride Away

Help is at hand: Powell River-based Sunshine Coast Health Centre and Georgia Strait Women's Clinic—Western Canada's only trauma program exclusively serving women—provide highly personalized addiction, mental health and trauma treatment for male and female clients respectively. We'll pick you up from the ferry for our daily inpatient treatment tailored to your unique needs.

Services include 24-hour medical service, psychiatric assessment, EMDR, rTMS, psychotherapy, a dedicated group for military clients and much more.

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



Georgia Strait Women's Clinic is Western Canada's only trauma program exclusively serving women

**Georgia Strait**  
WOMENS CLINIC

Admissions Toll Free **1.866.487.9040** | [GSWC.CA](http://GSWC.CA)

 **Sunshine Coast Health Centre**  
A Non-12 Step Mental Health Program

Admissions Toll Free **1.866.487.9010** | [SCHC.CA](http://SCHC.CA)

# Un soldat de la réserve de l'armée de l'île de Vancouver reçoit une promotion et une récompense



## Capitaine Cameron Park

Officier/officière des affaires publiques  
The Canadian Scottish Regiment (Princess Mary's)

Lors d'une récente cérémonie à Nanaimo, l'adjudant-maître (Adjum) Mike Bean du Canadian Scottish Regiment (Princess Mary's), réserviste de l'Armée canadienne, a été promu à son grade actuel par le commandant/commandant Slade Lerch. Les applaudissements pour l'Adjum Bean avaient à peine diminué qu'il a été rappelé pour recevoir une autre récompense importante, la deuxième agrafe de sa Décoration des Forces canadiennes (DC), qui témoigne de 32 années de service dans

les Forces armées canadiennes (FAC).

Le Canadian Scottish Regiment (Princess Mary's) est le propre régiment d'infanterie de l'île de Vancouver et une unité de la Réserve de l'Armée (ARes) des FAC. L'ARes est une composante à temps partiel des FAC. Comme l'Adjum Bean, les membres de l'ARes acquièrent des compétences de soldat dans divers métiers tout en s'entraînant un soir par semaine et un week-end par mois. De nombreux membres de l'ARes travaillent à temps plein pour les FAC pendant les mois d'été dans le cadre de cours de formation. Les soldats des ARes acquièrent de nombreuses compétences et expériences importantes tout en menant une carrière civile à plein temps.



À gauche : L'adjudant-maître Mike Bean (à gauche) est promu par le lieutenant-colonel Slade Lerch, commandant du Canadian Scottish Regiment (Princess Mary's). Le Canadian Scottish Regiment est le propre régiment d'infanterie de l'île de Vancouver au sein de la Réserve de l'Armée des Forces armées canadiennes.

Ci-dessus : Mike Bean, résident de Campbell River, adjudant-maître au Canadian Scottish Regiment (Princess Mary's), reçoit une deuxième agrafe à sa Décoration des Forces canadiennes des mains du commandant/commandante Slade Lerch. L'attribution de l'agrafe reconnaît 32 années de service dans la Réserve de l'Armée des Forces armées canadiennes.

Photos : Capitaine Cameron Park, The Canadian Scottish Regiment (Princess Mary's)



## Les Bulldogs au loin ! Mission réussie pour le NCSM Regina

Ens 2 Simon Gonsalves  
Affaires publiques FMAR(P)

Sous le ciel radieux de la Californie du Sud, les marins du Navire canadien de Sa Majesté (NCSM) *Regina* ont participé à l'exercice de ciblage interarmées sur le littoral 2024 (JoLTEX 24). Au cours de cet entraînement, l'équipage a eu la rare occasion de lancer deux missiles Harpoon Block II avancés qui se sont envolés au-dessus de l'horizon et bien au-delà.

Cet exercice d'entraînement à tir réel, mené en partenariat avec le Commandement des opérations interarmées du Canada, s'est déroulé le 23 octobre au Point Mugu Sea Range de la marine américaine, situé au large de la côte californienne, près de San Diego. Le JoLTEX de cette année visait à développer et à tester des processus de ciblage permettant aux navires de la Marine royale canadienne de frapper efficacement des cibles sur terre ou à proximité.

Le système de missiles Harpoon, qui a une portée maximale de 124 kilomètres, est le missile anti-surface transporté par les frégates canadiennes, qui peut rapidement engager une variété de cibles de surface avec un haut degré de précision. Les leçons tirées de l'expérience du *Regina* en matière d'appui-feu peuvent maintenant être mises à profit par d'autres navires de guerre canadiens opérant à proximité de la terre.

Selon le Capitaine de frégate Jeremy Samson, commandant/commandante de la frégate de patrouille canadienne, "la livraison précise par le NCSM *Regina* d'effets cinétiques surface-surface pendant JoLTEX 24 démontre l'engagement de l'équipage envers la préparation au combat et son excellence professionnelle." Interrogé sur la performance du navire pendant l'exercice, le Capitaine de frégate a déclaré qu'il "ne pouvait pas être plus fier de faire partie de l'équipe exceptionnelle du *Regina* et de ce qu'elle a accompli."

Cependant, tout ne s'est pas déroulé comme prévu au départ - le premier missile Harpoon tiré par le NCSM *Regina* dans le cadre de

JoLTEX 2024 a été annulé par le personnel américain du champ de tir peu de temps après le lancement. La sécurité étant primordiale lors de tout exercice militaire de tir réel, une communication constante est nécessaire entre le missile et le champ de tir. Après le lancement, si la connexion est perdue - même temporairement et pour quelque raison que ce soit - le champ de tir interrompt le missile en vol.

L'équipage du NCSM *Regina* était bien préparé à cette éventualité. Les exercices navals réalistes à balles réelles sont menés pour tester la capacité d'un navire de guerre à s'adapter rapidement et à surmonter les circonstances changeantes, qu'elles soient prévues ou imprévues. Après l'échec de la première frappe, l'équipe de combat du NCSM *Regina* a pu lancer rapidement un autre missile qui a atteint sa cible.

L'exercice ne s'est pas limité à la réussite d'un tir de missile sur une cible proche du rivage - la JoLTEX 24 a également été conçue pour tester les processus de ciblage militaire de haut niveau du Canada. Le Commodore (Cmdre) David Mazur, Capitaine de frégate de la Flotte canadienne du Pacifique, considère que l'exercice JoLTEX de cette année a été un succès. Le Cmdre Mazur a souligné que la Flotte canadienne du Pacifique "a développé plusieurs capacités importantes, car nous avons perfectionné notre aptitude à rationaliser les communications à destination et en provenance d'un navire de guerre déployé et amélioré la façon dont nous développons et frappons des cibles dans le domaine maritime".

JoLTEX 24, comme de nombreuses autres occasions d'entraînement réaliste, a permis aux marins de la Flotte canadienne du Pacifique et aux opérateurs des frégates de recueillir des renseignements utiles, de déterminer des cibles valables et de les frapper à l'aide d'armes de pointe basées en mer. En exerçant le système de missiles surface-surface de la classe Halifax dans des environnements côtiers proches, JoLTEX 24 a affirmé que la MRC reste un partenaire essentiel dans le maintien de la paix et de la sécurité.

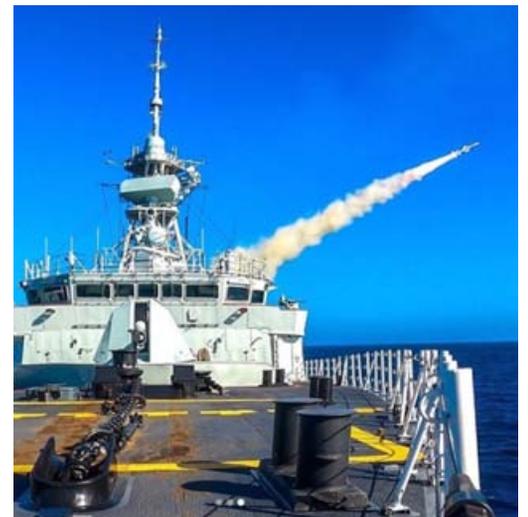


Photo de groupe des opérateurs de détecteurs électroniques navals du NCSM *Regina* et de l'officier superviseur, prise à côté de l'un des lanceurs de missiles Harpoon du navire, au large de la côte californienne.

# Proud to serve Esquimalt– Saanich– Sooke



## Randall Garrison, MP

2-50 Burnside Road West, V9A 1B5

Monday–Thursday 11:00am–2:00pm or by appointment

250-405-6550 [Randall.Garrison@parl.gc.ca](mailto:Randall.Garrison@parl.gc.ca)

[www.RandallGarrison.ndp.ca](http://www.RandallGarrison.ndp.ca)



## Lest we forget.

HONOURING OUR VETERANS.

We extend our sincere gratitude and appreciation to all of our country's Veterans, in recognition of their contributions past and present.

Township of  
**ESQUIMALT**



# 25

Twenty-five cents a day. On top of a dollar thirty daily salary, sailors earned twenty-five cents while in enemy-occupied waters. Not enough to risk your life for, even in 1943. But the young sailors who served in the Battle of the Atlantic believed in something bigger. They repeatedly put their lives on the line. For their homes, their friends, and their families. They sacrificed for a way of life they cherished and a future they believed in.

And that changed everything.



Learn more at [CNMT.ca](http://CNMT.ca)

# L'histoire de deux familles liées par une épée navale

Capc (ret) Paul Seguna, CD  
Musée naval et militaire de la BFC Esquimalt

Cette année, la date de la fête de l'action de grâce a revêtu une importance particulière en reliant l'histoire de deux familles de l'île de Vancouver. Le 14 octobre 1939, un peu plus d'un mois après le début de la Seconde Guerre mondiale, le cuirassé HMS Royal Oak a soudainement coulé alors qu'il était à l'ancre à Scapa Flow - un mouillage de la flotte britannique situé dans les îles Orcades, au large de la pointe nord de l'Écosse. Le navire a été victime des torpilles tirées par le sous-marin allemand U-47 au petit matin, après avoir pénétré les défenses protégées du mouillage. Le cuirassé a chaviré en quelques minutes et 835 des 1 234 membres de l'équipage ont péri.

L'année dernière, l'existence d'objets provenant du naufrage et appartenant à la famille de James Atwood, un officier retraité de l'Armée de l'air royale canadienne vivant à Victoria, a été révélée au cours d'un dîner. Il s'agit d'une épée d'officier de marine, d'un fourreau et d'une ceinture d'épée offerts au grand-père de James au Royaume-Uni après la guerre par un ami plongeur professionnel qui avait récupéré les objets dans le champ d'épaves du navire. James a reçu l'épée et les objets associés de son grand-père dans les années 1980, lors d'un séjour en Angleterre, et les a ramenés au Canada en tant qu'héritage familial. Après avoir fait quelques recherches, James a décidé qu'il fallait s'adresser au Scapa Flow Museum de Lyness, en Écosse. Le musée a par la suite exprimé son intérêt pour les artefacts en tant que partie intégrante de la collection du HMS Royal Oak. L'épée et ses accessoires ont donc été renvoyés dans les Orcades, où ils étaient la propriété personnelle d'un officier non identifié qui servait à bord du HMS Royal Oak.

Au cours des recherches sur la provenance de l'épée, un autre lien local est apparu : Peter Grosvenor Piddington, Midshipman RN, figurait sur la liste des victimes et était le fils d'Arthur Grosvenor et d'Helen Mary Piddington, originaires d'Esquimalt (C.-B.). Peter avait été membre du corps local des cadets de la marine Rainbow avant de rejoindre la Royal Navy à la fin des années 1930. Bien qu'il n'y ait pas de lien direct avec l'épée, puisque les aspirants auraient porté un Dirk (épée courte), Peter

connaissait certainement le propriétaire de l'épée, qui était l'un des officiers du navire. Dans ce contexte, il était approprié d'exposer l'épée et ses accessoires au musée naval et militaire de la BFC Esquimalt pendant un certain temps afin de raconter l'histoire du lien local avec la perte du HMS Royal Oak jusqu'au rapatriement de l'épée au Royaume-Uni.

Des recherches sur la famille Piddington ont permis d'obtenir de plus amples informations sur l'histoire de la famille, mais aucun contact avec des membres de la famille locale. Jusqu'au mois d'août dernier, lors d'une visite au Cowichan Valley Museum à Duncan, en Colombie-Britannique, qui n'avait rien à voir avec l'histoire de la famille. En discutant avec une bénévole du musée, Kim Vivian, elle a mentionné que ses deux petits-fils étaient des membres actuels de la Marine royale canadienne (MRC) et qu'un membre de leur famille avait péri dans le naufrage du HMS Royal Oak. J'ai immédiatement répondu qu'il s'appelait Peter Piddington - et c'était bien le cas ! Encore une coïncidence remarquable dans cette histoire. Kim, accompagnée de ses deux petits-fils Bailey et Aiden Young, tous deux membres de la MRC avec le grade de matelot 1re classe en tant qu'opérateur en acoustique navale et maître d'équipage respectivement, a récemment visité le musée et a eu l'occasion de voir les objets associés à l'histoire de leur famille. Kim a raconté que, dans ses souvenirs de jeunesse, la simple mention de Scapa Flow a toujours été accompagnée d'un sentiment poignant à la mémoire de la perte de son grand-oncle Peter.

Le dernier chapitre de l'histoire de l'épée s'achèvera lorsque les artefacts de l'épée feront partie de l'exposition du musée commémorant la perte tragique de vies humaines lors du naufrage du HMS Royal Oak. Une perte qui résonne encore 85 ans plus tard.

En guise de post-scriptum : en examinant les documents donnés par feu le Capitaine de frégate Ralph Wills, qui a servi dans la RNR (Royal Naval Reserve) pendant la guerre et dans la RCNR (Royal Canadian Naval Reserve) après la guerre, on apprend qu'il a également été aspirant dans le HMS Royal Oak, en même temps que Peter Piddington, de mai à septembre 1939, et qu'il a échappé au même sort grâce à un détachement du navire juste avant sa perte !

## Went Down on Royal Oak



MIDSHIPMAN P. G. PIDDINGTON  
Third Son of Major and Mrs. Arthur S. Piddington, 441 Lampson Street, Whose Death Aboard the H.M.S. Royal Oak Was Reported Yesterday.

Ci-dessus : Rapport du *Victoria Colonist* du 17 octobre 1939 indiquant que l'aspirant Peter Piddington est porté disparu. Photo : Paul Seguna

Ci-dessous à gauche : Aiden et Bailey Young regardent l'épée navale et les accoutrements associés au HMS Royal Oak au Musée naval et militaire de la BFC Esquimalt. Photo : Paul Seguna

Ci-dessous à droite : Kim Vivian, parente de Piddington (Peter Piddington était son grand-oncle). Photo : Kim Vivian

## LOCAL BOY IS AMONG MISSING

Midshipman P. G. Piddington Is Listed in Casualties In H.M.S. Royal Oak

Among the casualties in the sinking of H.M.S. Royal Oak, in the North Sea, was Midshipman Peter Grosvenor Piddington, the son of Major Arthur S. Piddington and Mrs. Piddington, "Wychbury," 441 Lampson Street, Esquimalt.

The sad news that their son was among those included in the list of the lost aboard the battleship when she fell a prey to a German submarine a few days ago was contained in a cable from the Admiralty, London, just received by the parents of the youth stating that they "deeply regret" to inform you that your son, Peter Grosvenor Piddington, is presumed to have lost his life in the sinking of the Royal Oak, October 14. The young midshipman spent his boyhood days with his parents, in this city. He was a member of the Rainbow Sea Cadets here and at the age of sixteen was accepted as a midshipman in the British Navy. He was twenty years of age.

The missing midshipman was the third son of Major and Mrs. A. S. Piddington. He was born in Montreal, September 10, 1919, and came to British Columbia with his family in 1925. His education was received at Lampson Street School, Shawnigan Lake School, Esquimalt High School and Victoria College.

He was a Rainbow Sea Cadet for several years and played polo on the family polo team. In January, 1936, he joined the navy as a midshipman on board H.M.S. Frobenius, later transferring to H.M.S. Vindictive and then as midshipman in H.M.S. Royal Oak.

He is survived by his parents; his brother, Thomas, master at Shawnigan Lake School; his brother, Flying Officer J. A. Piddington, R.A.F., and one younger brother, Michael, at home, and five sisters, Sylvia, Joan, Mary, Phyllis and Helen Vivian, who are all at home here.





**SFM**  
**FOIRE DE L'EMPLOI VIRTUELLE** 19 NOVEMBRE



**MFS**




**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 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

[www.LookoutNewspaper.com](http://www.LookoutNewspaper.com)



**WESTSHORE U-LOCK MINI STORAGE**

MILITARY DISCOUNT OFFERED

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

1621 Island Highway, 250-478-8767

U-LOCK MINI STORAGE selfstorage.ca



# LES PETITES ANNONCES

## de le Lookout

### A LOUER

#### SAXE POINT

Suite lumineuse entièrement meublée d'une chambre à coucher avec entrée privée, salle de bains complète, rangements, lit queen, lave-linge/sèche-linge, lave-vaisselle, réfrigérateur, cuisinière, micro-ondes, grande télévision et petits appareils électroménagers. 10 minutes à pied de Work Point et de Naden, à proximité de parcs au bord de l'océan, de pistes de course, de pistes cyclables, de lignes de bus et de toutes les commodités. Une place de parking est incluse. Disponible pour une personne. Non fumeur, pas d'animaux. 1 750 \$/mois incluant l'électricité. 250-216-9030. 10/08

#### LOGEMENT PARTAGÉ, CHAMBRE INDIVIDUELLE

Chambre partiellement ou non meublée pour une femme d'âge mûr (Oak Bay Junction) non-fumeur. Salle de bain, cuisine et espace commun partagés. Quartier calme et sûr de Victoria, proche du centre-ville et du village d'Oak Bay. Hôpital Royal Jubilee, transports en commun et commodités. Parking non inclus (peut être demandé s'il y en a un de disponible). 900 \$ par mois, comprenant : chauffage, électricité, eau chaude, WiFi, local à vélos sécurisé. Buanderie dans l'immeuble. Contactez Leslie à winterpeg100a@gmail.com 10/08

#### APPARTEMENT MEUBLÉ À LOUER

1-3 mois de gardiennage, meublé, 2 lits 2 salles de bain à Belmont Park,

parking souterrain, \$2500 par mois, non fumeur, pas d'animaux. Contacter James à James@rayndt.com 11/11

#### CHAMBRE À LOUER

900 \$/m pour une chambre dans une maison partagée. Salle de bain privée, cuisine commune, buanderie et espace de rangement disponibles. Entrée Soldat. Pas de sm/vape/party ni d'animaux autorisés. 250 893 4003 11/04

#### SUITE MEUBLÉE DE DEUX CHAMBRES : LOCATION À COURT TERME DISPONIBLE NOV. 10 :

Confortable suite à 2 lits, entièrement meublée, dans un quartier résidentiel calme, à 10 minutes à pied de la BFC Esquimalt. Tous les services et le wifi sont inclus. Cuisine et salle de bain complètes. La cuisine est équipée ; tous les draps sont fournis. Rez-de-jardin, entrée privée, buanderie commune, patio extérieur. Parking dans la rue. Non fumeur et non animaux. Les propriétaires vivent dans la maison. Remarque : séjour minimum de 30 jours, maximum de 6 mois. 2200 \$ par mois. Appeler Margaret 240 740 1300. 11/04

#### LOCATION DE COURTE DURÉE

Du 8 décembre à la fin février, 500 \$ par mois. Suite chaleureuse et confortable au sous-sol avec chambre séparée, salle de séjour, petit coin cuisine avec accès à une cuisine complète. Parfait pour le personnel de la base, à proximité de Gorge et Admirals, 15 minutes en voiture 40 à pied de la base. Appeler John 250-721-3814 ou 250-889-0459 (cell) 11/18

#### LIEU MODERNE ET SPACIEUX

Oasis avec vue sur l'océan, 1100 sqft, 2 chambres, 1 salle de bain, suite meublée avec entrée indépendante. Vue sur l'océan et les montagnes, terrasse privée. Située à Colwood, à 18 minutes en voiture de la BFC Esquimalt. Location de courte ou moyenne durée, à partir de 150 \$/nt pour un maximum de quatre personnes. Prix négociable en fonction de la durée du séjour. Contactez mayandfraser@gmail.com. 11/04

#### COOK ST VILLAGE

Suite de 2 chambres avec planchers en bois. Immeuble calme et bien entretenu. Chauffage, eau chaude et parking inclus. Pas d'animaux. Non fumeur. Bail d'un an. 2 300 \$ par mois. Disponible le 1er décembre 2024. Appelez le 250 588 5457. 11/04

#### SUITE RÉNOVÉE AU SOUS-SOL,

cuisine avec appareils électroménagers en acier inoxydable, y compris lave-vaisselle. Salle de bains 4 pièces, grande chambre principale, PF au gaz, chauffage électrique. Patio Soldat, cour partagée, parking hors rue. Nombreux rangements. L'immeuble est un quadruplex avec buanderie commune / 2 jeux de machines. Près du parc Gorge, sur la route des transports en commun. 10 minutes du centre-ville. Disponible le 15 novembre ou le 1er décembre. Certains chiens sont acceptés, mais pas de chats, ni d'animaux exotiques. Le tabac et le cannabis sont interdits à l'extérieur. Max deux adultes + enfants. Contacter sharlotj@gmail.com

### ÉVÉNEMENTS

#### FORMATION À LA NALOXONE

Rejoignez AVI Health and Community Services pour une démonstration pratique de Naloxone et de réponse aux overdoses. L'inscription est obligatoire pour obtenir le kit de Naloxone et le matériel de l'atelier. Les participants libres sont également les bienvenus. Le 26 novembre, de 13 h 30 à 15 h 30. Inscription par courriel : vicky.doucette@forces.gc.ca

#### ATELIER SUR LA STIGMATISATION DE L'ADDICTION ET DU RÉTABLISSÉMENT

Participez à l'atelier "Vivre sans dépendance" de la Stratégie de santé et de mieux-être des FMAR(P) avec Max Welsowski, un expert en toxicomanie et en sciences sociales, qui se penchera sur les fondements de la stigmatisation de la toxicomanie et sur la façon dont elle affecte les personnes atteintes de cette maladie. 25 nov. 1330-1530 au Mess des C&PO Inscription par courriel : Vicky.doucette@forces.gc.ca

#### SHOP & SIP DE VACANCES

Le 1er décembre au Mess des C&PO. Venez terminer votre liste de courses pour les fêtes de fin d'année avec les vendeurs locaux qui proposent toutes sortes d'articles à la vente. Entre-temps, profitez d'une friandise et d'une boisson pendant que vous faites vos achats. L'entrée se fait par un don de nourriture au profit d'une œuvre de bienfaisance. AC jazmin.holdway@forces.gc.ca

#### VENDEURS RECHERCHÉS

pour le Holiday Shop & Sip. Le 1er décembre, de 13 h à 17 h, mess des chefs et des officiers de police. Gratuit pour les employés civils actifs des FAC, des PSP et des FAC. 30 \$ pour le grand public. Un lieu étonnant

**Besoin de louer, d'acheter, de vendre ou d'annoncer quelque chose ?**  
Contact Jazmin.holdway@forces.gc.ca

## SEMAINE NATIONALE DE SENSIBILISATION AUX ADDICTIONS 2024

# FORGER DES LIENS

PSP Promotion de la santé

Cette année, la Semaine nationale de sensibilisation aux addictions du Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances (CCLAT) se déroule du 24 au 30 novembre. Le thème de la campagne de cette année est "Tisser des liens", qui met l'accent sur le pouvoir de la collaboration dans la création d'un environnement favorable et compréhensif. La consommation de substances affecte profondément les individus, les familles et les lieux de travail, mais en établissant des liens significatifs entre les pairs, les dirigeants et les services de soutien, nous pouvons créer un réseau solide qui encourage la prévention, l'intervention précoce et le rétablissement. Nous pouvons

renforcer ces liens en engageant un dialogue ouvert, en faisant mieux connaître les ressources disponibles et en promouvant une culture de la compassion.

En travaillant ensemble - que ce soit par le biais du soutien par les pairs, du mentorat ou de partenariats avec les services de santé - nous pouvons réduire la stigmatisation, améliorer l'accès aux soins et nous soutenir les uns les autres face aux défis de la consommation de substances psychoactives. Profitons de cette occasion pour tisser des liens plus forts, en veillant à ce que chacun dispose des outils et de la communauté dont il a besoin pour s'épanouir.

Le groupe de travail sur la vie sans dépendance de la Stratégie de santé et de bien-être des FMAR(P) s'efforce de susciter le

changement ici aux FMAR(P) en créant une culture qui encourage les choix de vie sains et réduit le risque de problèmes liés à l'alcool, au cannabis, au jeu et à d'autres substances et comportements potentiellement nocifs. Le groupe de travail continue d'œuvrer à la création d'une culture de la santé et du bien-être aux FMAR(P) et encourage les membres de l'Équipe de la Défense à visiter le site Web de la Semaine nationale de sensibilisation aux toxicomanies de l'ACSA ([www.ccsa.ca/national-addictions-awareness-week](http://www.ccsa.ca/national-addictions-awareness-week)) pour obtenir de plus amples renseignements, et à demander de l'aide et du soutien si vous ou quelqu'un que vous connaissez êtes aux prises avec une dépendance ou un abus de substances.

## MYTHES et FAITS

### DES SERVICES DE SANTÉ MENTALE DE BASE DES CLINIENS SPÉCIALISÉS EN TOXICOMANIE

#### MYTHE N° 1 :

*"L'alcool et le cannabis sont légaux, ils sont donc sans danger."*

**FAIT :** Des lignes directrices récentes soulignent les risques associés à la consommation d'alcool et de cannabis. Ces lignes directrices et les études de recherche peuvent être consultées à l'adresse suivante : [www.ccsa.ca](http://www.ccsa.ca) (alcool)

[www.canada.ca/en/health-canada/services/drugs-medication/cannabis/resources/lower-risk-cannabis-use-guidelines.html](http://www.canada.ca/en/health-canada/services/drugs-medication/cannabis/resources/lower-risk-cannabis-use-guidelines.html) (cannabis).

#### MYTHE N° 2 :

*"Si je consulte un clinicien de la Base Addictions pour obtenir de l'aide en matière de consommation de substances ou de dépendance, j'aurai besoin d'un traitement en milieu hospitalier."*

**FAIT :** Les cliniciens de Base Addictions procèdent à une évaluation initiale complète et les recommandations de traitement varient entre les soins hospitaliers et ambulatoires en fonction de la prévalence et de la gravité d'un trouble lié à l'utilisation d'une substance ou d'une dépendance.

#### MYTHE N° 3 :

*"Si je demande de l'aide pour ma consommation de substances, on me demandera d'être abstinent à 100 %."*

**FAIT :** Les cliniciens de Base Addictions travaillent avec les clients sur leurs objectifs personnels en matière

de consommation de substances et communiquent régulièrement avec les services de soins primaires pour s'assurer que des contraintes emploi pour raisons médicales sont mises en place si nécessaire.

#### MYTHE N° 4 :

*"Le cannabis est présent dans la nature, je ne peux donc pas en être dépendant."*

**FAIT :** La dépendance au cannabis est possible et la consommation de cannabis peut entraîner de nombreux risques liés à la santé mentale. Pour en savoir plus, consultez le site [www.canada.ca/en/health-canada/services/drugs-medication/cannabis/resources/lower-risk-cannabis-use-guidelines.html](http://www.canada.ca/en/health-canada/services/drugs-medication/cannabis/resources/lower-risk-cannabis-use-guidelines.html)

#### MYTHE N° 5 :

*"Si je révèle à un clinicien de la base que je consomme des substances illicites, cela mettra fin à ma carrière militaire."*

**FAIT :** Les cliniciens de Base Addictions communiquent avec les cliniciens de soins primaires pour formuler des recommandations concernant l'emploi futur. Les recommandations de traitement pour aider les personnes souffrant de troubles liés à l'utilisation de substances psychoactives mettent l'accent sur le rétablissement et l'obtention d'un emploi rémunérateur lorsque cela est possible.

Les membres du FAC doivent s'adresser à leur clinicien de soins primaires pour déterminer s'il convient de les orienter vers un clinicien de la base de toxicomanie.

## RESSOURCES

### BFC ESQUIMALT

Services de santé/addictions de base  
250-363-4122

Programme d'assistance aux membres (PAMFC)  
1-800-268-7708

Centre de ressources pour les familles des militaires (CRFM) 1-800-353-3329

Le service des aumôniers  
250-363-4106 (bureau)  
250-363-4032 (en dehors des heures de bureau)

### GRANDE VICTORIA

CARE (Centralized Access and Rapid engagement Services) Traitement ambulatoire des dépendances. Groupes de soutien et d'éducation, conseils, traitement de jour, évaluation, orientation et consultations avec des médecins.  
250-519-3485

Alcoholics Anon : Ligne de soutien  
250-383-7744

BC Alcohol and Drug Information Referral Service Line (ligne de services d'information et d'orientation sur l'alcool et les drogues) Informations et orientations sur l'usage et l'abus d'alcool et de drogues.  
1-800-663-1441 (24 heures)

Fonderie : foundrybc.AC  
250-383-3552

Narcotiques Anon. Ligne de soutien  
250-383-3553

Ligne d'aide sur le jeu excessif  
1-888-795-6111

Gambling Support BC  
Soutien au jeu.bc.AC

Société des parapluies  
250-380-0595

Homewood Health - Ravensview  
Traitement des addictions pour les militaires et les vétérans.  
1-866-203-1793

## Semaine de l'aventure culturelle

Essayez quelque chose de nouveau!

Menu (heure du midi)

- LUNDI : Moyen-Orient
- MARDI : Autochtone
- MERCREDI : Japonais
- JEUDI : Jamaïcain
- VENDREDI : Français

RECETTES SERONT DISPONIBLES

18-22 NOVEMBRE AUX CUISINES NELLES ET VENUTRE

TIRAGES POUR GAGNER UN DE CINQ LIVRES

CETTE ACTIVITÉ EST APPUYÉE PAR LE GROUPE DE TRAVAIL D'ALIMENTATION SAINNE DE LA SSBE DE FMAR(P) POUR LA SEMAINE MULTICULTURELLE DE LA COLOMBIE-BRITANNIQUE

## ATELIER

### STIGMATISATION DE DÉPENDANCE ET RÉTABLISSEMENT :

OUTILS ET MÉTHODES POUR SOUTENIR LA GUÉRISON DE LA DÉPENDANCE.

AVEC **MAX WESELOWSKI**

MAX EST UN EXPERT EN TOXICOMANIE ET ÉTUDIE À L'UNIVERSITÉ ROYAL ROADS EN DOCTORAT EN SCIENCES SOCIALES. SES RECHERCHES PORTENT SUR LES FONDEMENTS THÉORIQUES DE LA STIGMATISATION LIÉE À LA DÉPENDANCE ET SUR LA FAÇON DONT ELLE AFFECTE LES PERSONNES SOUFFRANT DE TROUBLES LIÉS À L'USAGE DE SUBSTANCES. IL TRAVAILLE DANS LE DOMAINE DU TRAITEMENT DES DÉPENDANCES DEPUIS PLUS DE 15 ANS ET EST L'ACTUEL DIRECTEUR EXÉCUTIF DE L'INNERVISIONS RECOVERY SOCIETY.

25 NOVEMBRE 13H30-15H30  
SALLE DE RAINBOW (EN PERSONNE)

INSCRIPTIONS:  
VICKY.Doucette@FORCES.GC.CA

SEMAINE NATIONALE DE LA SENSIBILISATION AUX DÉPENDANCES  
24-30 NOVEMBRE 2024

## FORMATION SUR LE NALOXONE

DATE: 26 NOVEMBRE 13H30-15H30

LOCATION: SALLE DE RAINBOW

Joignez-vous à AVI Health and Community Services pour une démonstration pratique concernant la naloxone et l'intervention en cas de surdose.

INSCRIPTION REQUISE POUR OBTENIR UNE TROUSSE DE NALOXONE ET LE MATÉRIEL DE L'ATELIER (LES VISITES SANS INSCRIPTION SONT ÉGALEMENT BIENVENUES).

COURRIEL POUR INSCRIPTION:  
VICKY.Doucette@FORCES.GC.CA

SEMAINE NATIONALE DE LA SENSIBILISATION AUX DÉPENDANCES  
24-30 NOVEMBRE 2024

# OWN THE MOMENT



**2024 Outlander PHEV LE S-AWC**

ASK US ABOUT  
**0.99%** FINANCING RATE

OWN FOR

**\$129**  
WEEKLY\*  
WITH \$2,500 DOWN\*

FOR

**84**  
MONTHS  
AT 3.99% APR

PLUS  
GET A

**NO-CHARGE  
EXTENDED WARRANTY  
VALUED AT UP TO \$3,750\***

**10** YR/160,000 KM  
POWERTRAIN LTD WARRANTY\*\*  
**10** YR/160,000 KM  
LITHIUM-ION BATTERY WARRANTY\*\*  
**10.5** YR/160,000 KM  
NEW VEHICLE LTD WARRANTY\*\*  
**10.5** YR/160,000 KM  
ROADSIDE ASSISTANCE\*\*

GET GOVERNMENT EV REBATES UP TO **\$5,000\***

AND

GET A **\$1,000** WINTER TIRE CREDIT WITH PURCHASE<sup>2</sup>

PLUS

**GET A \$500 MILITARY REBATE<sup>3</sup>**

MSRP	SAVINGS	NOW PRICE
\$55,247	\$3,247	\$52,000

**TEST DRIVE  
TODAY**

SCAN HERE  
FOR DETAILS



- / 687 km of Combined Range<sup>4</sup>
- / 7 Passenger Seating (5+2)
- / Multi View Camera System
- / Power Panoramic Sunroof with Sunshade
- / Hands-Free Power Liftgate
- / Smartphone Wireless Charger
- / Super All-Wheel Control (S-AWC) with Drive Mode Selector



**VICTORIA  
MITSUBISHI**

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

\*\$129 weekly is equal to \$258 bi-weekly. Offer based on Stock No. 301887. \$258 bi-weekly payment for 84 months, with \$2,500 down, or equivalent trade, 3.99% A.P.R. financing, on approved credit. MSRP is \$55,247. Selling price is \$52,000 and does not include provincial & federal rebates. Payment is net of all available manufacturer and dealer incentives and all provincial & federal rebates, including \$5,000 EV rebate, and subject to eligibility. Payment and selling price include 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 December 2, 2024. See dealer for details. \*\*Certain terms and conditions apply. Visit www.mitsubishi-motors.ca or your local dealer for complete offer and coverage details. The Extended Warranty product is described in greater detail in the service contract. Please read carefully the terms and conditions for the product as they set out the contract requirements, important definitions and exclusions. Offer expires December 2, 2024 and subject to change without notice. \*\*Whichever comes first. Regular maintenance not included. See dealer or mitsubishi-motors.ca for warranty terms, restrictions and details. Not all customers will qualify. <sup>1</sup> Subject to approved credit and eligibility. Terms and conditions apply. Offer expires December 2, 2024. See dealer for details. <sup>2</sup> Credit is eligible on set of four winter tires from Mitsubishi Motors dealers in Canada with purchase or lease of new 2024 Outlander PHEV models. Offer must be redeemed at time of vehicle purchase or lease, no cash equivalent. Credit value varies by model. Terms and conditions apply. Offer expires December 2, 2024. See dealer for details. <sup>3</sup> All rebates will be deducted from the negotiated price after taxes for cash and finance purchases and before taxes for lease purchases. Conditions additional to the requirements listed below may apply. See your dealer for complete details. The Military Rebate is not stackable with the Mitsubishi Motors First Responder Rebate Program. Rebate available with the purchase of most new Mitsubishi vehicles for current members (including reservists) of the Canadian Armed Forces and veterans. Proof of status will be required. <sup>4</sup> EV range varies by model. Model shown has an estimated combined range of 687km 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.