

le VORTEX

de Bagotville



Volume 9 Numéro 9

LE JOURNAL DE LA BASE DES FORCES CANADIENNES DE BAGOTVILLE

MARS 2014

Retour fracassant des Hivernades à Bagotville



pages 2 et 3



Une centaine d'Alouettes se déploient en Californie... page 5

Un militaire inscrit son aréna au concours Hockeyville... page 7

Un gâteau impressionnant pour le Service de la logistique... page 12



GARAGE
JEAN-PIERRE
TREMBLAY

La Baie | Chicoutimi
2460, rue Bagot | 1737 boul. Talbot

418-544-4455

Le **SPÉCIALISTE** des
ALTERNATEURS,
DÉMARREURS
ET BATTERIES



NOUS UTILISONS DES PRODUITS DE QUALITÉ DE MARQUE NATIONALE



Spécial hiver 2014

Inspection complète 79⁹⁵\$

Vérification en 44 points
Permutation des pneus
Changement d'huile
4 litres d'huile et filtre inclus



Nouvelle bannière Unipro OR



Après quelques années d'absence

Un retour réussi pour les Hivernades

Après plusieurs années de relâche, les activités entourant les Hivernades étaient de retour le 13 février dernier à la BFC Bagotville.

Plus de 600 participants se sont amusés au cours des diverses activités sportives et récréatives qui ont eu lieu tout au long de l'avant-midi. Il faut dire que Dame Nature a été très collaboratrice en offrant une journée idéale pour les activités extérieures.

Mentionnons qu'une tuque en souvenir des Hivernades a été remise à chaque participant et spectateur.

Dès le lundi 10 février, les membres de six équipes inscrites au concours de sculptures sur neige se sont mises au travail. Chacune



PHOTO : IMAGERIE CPL GIRARD

Près de 600 personnes ont pris part aux différentes activités des Hivernades 2014. Ici un compétiteur complète l'une des épreuves du triathlon d'obstacle.

des équipes défendait les couleurs de leur unité soit la division de l'Administration, le 10EITA, le 3EMA, l'Escadron 425, le 12^e Escadron de radar et la division Logistique. C'est d'ailleurs cette dernière qui a remporté la compétition.



MAB Profil
Mobilier de bureau réfléchi
Glad to serve you in English
www.mabprofil.qc.ca

Chicoutimi
418-615-0100

Ville Saint-Georges
418-228-5745

Québec
418-842-4100

le **VORTEX**
de Bagotville

Le Vortex est un journal non officiel, autorisé et publié mensuellement avec la permission du commandant de la 3^e Escadre Bagotville. Les opinions et les points de vue exprimés ne sont pas nécessairement ceux du ministre de la Défense nationale, du commandant ou de l'équipe du journal.

Éditeur en chef :
Lcol Daniel Audet

Éditeur-adjoint et rédacteur :
Eric Gagnon
egc@royaume.com

Publicité :
Eric Gagnon Communications
(418) 697-1506

Affaires publiques de l'escadre
(418) 677-7277

Changement d'adresse :
CRFM / MFRC 677-7468

Gestionnaire PSP :
(Distribution et renseignements gén.)
Annie Côté 677-4000 (poste 4180)

**Le Vortex est publié le premier
lundi de chaque mois.**

La date de tombée :
Dix jours avant la date de publication.
Envoyer l'information à : egc@royaume.com
www.vortexbagotville.com

Les œuvres ont été jugées par un comité externe à la base formé par l'Entrepôt Costco de Chicoutimi, partenaire des Hivernades 2014.

Dans une ambiance de franche camaraderie, les participants représentant les différentes unités de la base se sont affrontés au hockey-bottine, au volley-ball, au hockey sur glace, au souque-à-la-corde, à la balle molle en raquettes, dans un triathlon d'obstacles, lors d'un rallye pédestre et dans des compétition de sciotte.

Après avoir passé quelques heures au grand air, les gens étaient conviés au Hangar 3 pour un repas de tourtière préparé par la section des cuisines de la base. Un travail d'équipe magnifique leur a permis de nourrir 900 personnes en moins de deux heures. Le dîner était agrémenté par de la musique d'ambiance carnavalesque confiée aux bons soins de la DJ Christine Meunier.

Après de dîner, vers 13 h 30, on a procédé à la remise des différents prix et trophées



PHOTO : IMAGERIE CPL GIRARD

Des remerciements bien mérités

Merci...

- Aux bénévoles qui ont fabriqué les boîtes pour les sculptures sur neige.
- À la section du Transport pour le remplissage des boîtes et l'entretien des sites d'activité.
- À l'approvisionnement pour tout le matériel.
- À la section CFOB pour avoir préparé le terrain de balle afin de rendre le site sécuritaire pour la balle-molle en raquette.
- À l'équipe de montage et démontage du Hangar 3.
- Au 25^e C Svc S FC.
- Au 32^e Ele PM
- À toute l'équipe de la cuisine pour le repas de tourtière qu'elle a préparé.
- Au groupe SIT pour la sonorisation intérieure et extérieure.
- À l'atelier d'imagerie et à ses techniciens pour la couverture des activités.
- À la DJ Christine Meunier.
- Aux trois équipes pour le service de raccompagnement.
- À l'Escadron 439 pour avoir permis d'utiliser leur Hangar afin que tous soient réunis

L'équipe PSP :

Pauline, Stéphane L., Mathieu, Martin, Frédéric, Audrey, Zoé, Jessica, Susie, Mélanie, Ève, Zita, France, Louise, Stéphane B., David et Guy.

Les militaires impliqués aux activités :

Pierre Boivin, Timothy Cook, Adam Coy, Dave Gosselin, Richard Nantel et Amélie Tremblay-Gauthier

Le comité organisateur :

Ils ont mis la main à la pâte pour que le retour des Hivernades soit une réussite. Ils ont fait un travail exceptionnel et ont apporté leur entière collaboration. Merci à : Stéphane Hamelin, Michel Déry, Benjamin Levesque, Marie-Ève Pouliot, Yves Truchon, Olivier Côté-Vachon, Christopher Gallinger, Isabelle Cédras, Myriam Boulianne, Jean Noel, Grégoire Juste, Appolos Marceus, Pierre Côté et Linda Chassé.

En dernier lieu, Merci à une personne qui a travaillé très fort pour faire renaître cette journée de festivités et souder l'esprit de corps de la grande famille de la BFC Bagotville, l'Adjud Patrice Rioux.

de la base de Bagotville en 2014



Ce spectateur n'a pas eu peur du ridicule. Il avait revêtu le costume de meneuse de claque pour encourager son équipe.



À l'intérieur comme à l'extérieur on a pris les choses au sérieux!

aux équipes gagnantes des compétitions.

Les Hivernades n'auraient pas pu avoir lieu sans l'implication de plusieurs personnes qui ont mis beaucoup de cœur et d'ardeur pour faire en sorte que cette journée soit une réussite.

Les organisateurs tiennent d'ailleurs à remercier tous ceux qui de prêt ou de loin, ont rendues possibles les Hivernades.

Les Hivernades are back

After several years of respite, activities surrounding Les Hivernades were back on in full motion on February 13th at CFB Bagotville. More than 600 participants enjoyed themselves in various sports and recreational activities that took place throughout the morning.

Six teams entered the snow sculpture competition and started their masterpieces on Monday, February 10th. Each team defended the colors of their unit or division; either administration, the 10FTTS, 3AMS, 425 Squadron, 12 Radar Squadron and last but not least, the Logistics division, who ended up winning the competition.

In an atmosphere of camaraderie, participants representing the different units of the base competed in street hockey, volleyball, ice hockey, tug-of-war, softball while snowshoeing, obstacle course triathlon, a walking tour and a competition of individual sawing with a hand saw.

After spending a few hours in the fresh open air, 900 people took part in a meal of pie, prepared by the kitchen staff of the base.

The organizers also wish to thank all those from near or far who made Les Hivernades a success.

Lisez le **VORTEX** de Bagotville en ligne sur pressdisplay.com ou emportez-le n'importe où grâce à Press Reader

PRESS DISPLAY **PressReader**

www.pressdisplay.com www.pressreader.com

ABONNEZ-VOUS GRATUITEMENT

Les gagnants

Hockey Bottine
Équipe Cplc Éric Huard, Escadron 425

Volley-ball
Équipe Adj Gino Côté, Escadron 425

Hockey sur Glace
Équipe Capt Marie-Hélène Marseille, 2^e Escadre

Tire à la Corde
Équipe Adj Morel, Division Logistique

Balle-Molle en raquette
Équipe Sgt Maryse Dufour, 3EMA

Triathlon d'obstacle
Équipe Cpl Mathieu Chiasson, 10 EITA

Rallye pédestre
Équipe Maj Mario Riverin, 2^e Escadre

Sciotte individuel
Cplc Robert Desgagné, 2^e Escadre

Sciotte par équipe :
Équipe Sgt Serge Villeneuve & Cplc Nicolas Fracheboud, 2^e Escadre

Sculpture sur Neige :
Équipe Lcol Ghislain Tremblay, Division logistique



Agence immobilière agréée
Franchise indépendante et autonome
de RE/MAX Québec inc.

RE/MAX
énergie

942 Chabanel,
Chicoutimi (Qc) G7H 5W2
Tél.: (418) 545-1515
Fax.: (418) 545-2840
Cell.: (418) 820-3303



André Bossé
Courtier immobilier
BILINGUE

**Contactez l'agent qui
en fera plus pour vous !**

**Contact the agent who
will go further for you !**



**Votre phare de l'immobilier !
Your real estate lighthouse !**

PAYSAN **PIÈCES D'AUTO USAGÉES, NEUVES ET DE PERFORMANCE**

COMBO : mags et pneus à partir de : **699.95\$**

KIT de bumper avant et arrière à partir de : **599.95\$**

TREUIL smittybilt 8000 lbs à partir de : **389.95\$**

Pneus MUD TERRAIN TRAIL DIGGER à partir de : **189.95\$**

Performance pièces et accessoires

Carrosserie

Plus de 1000 véhicules en pièces www.paysanperformance.com

Comuniquiez avec nous dès maintenant pour des milliers de pièces disponibles

À 5KM de la base **418 696-0597**
228, boul. du Royaume, Chicoutimi (derrière le golf)

UN **Mot** de l'ADJUDANT-CHEF

Dévouement et professionnalisme

L'hiver tire à sa fin et dans quelques semaines nous retrouverons les couleurs du printemps ainsi que nos activités, jouets et sourires estivaux. Cet hiver fut rempli de défis. Malgré tout et comme toujours, votre dévouement et votre professionnalisme ont fait en sorte que la Base de Bagotville a, encore une fois, atteint ses objectifs. Je profite de l'occasion pour remercier le personnel de la Division Logistique qui, en dépit des limitations en personnel et en ressources, ont su nous garder au chaud durant les froids glacials. Ils ont gardé les routes et les pistes à 100 % de leurs capacités durant tout l'hiver, sans oublier le maintien et la mise à jour de nos systèmes informatiques tout en gardant le focus sur les activités liées au réaménagement des unités. Sincères remerciements à vous tous pour le travail exceptionnel.



Par **Adjuc Patrice Rioux**
Adjutant-chef de la BFC
Bagotville et de la 3^e Escadre

J'aimerais également souligner le professionnalisme de l'équipe PSP qui a fait un travail invraisemblable dans la planification et le déroulement des Hivernades, édition 2014. Le but de cette activité n'était pas de battre des records, mais donner l'occasion à "tous" les membres de la Base de prendre une pose opérationnelle et d'aller jouer dehors tout en profitant d'un excellent repas préparé par les meilleurs chefs cuisiniers des FAC. Une réussite sur toute la ligne grâce à votre intérêt et votre participation, alors merci à tous, particulièrement à Mme Annie Côté et Mme Claire Deschenes pour leur précieux dévouement. Évènement que nous répéterons certainement en février 2015. Potentiellement, nous prévoyons ajouter une version estivale en septembre prochain, question de créer des moments pour partager entre unités et formations.

Vous avez sûrement remarqué le joueur de cornemuse vêtu du Kilt traditionnel de l'Aviation royale canadienne lors de récents dîners régimentaires et cérémonies protocolaires sur la base ou même en ville. Cet homme dévoué est le Caporal-chef (à la retraite) André Larouche. Ce dernier a fait partie du 12^e Régiment de blindé du Canada de Valcartier pendant neuf ans. En 1994, après un changement de métier, il fut muté à Bagotville comme policier militaire et y est demeuré comme membre de la Force régulière et de la Réserve jusqu'à 2008. Son amour pour la cornemuse a commencé en 2006 où il a suivi une formation de six mois à Québec pour ensuite faire un stage de six mois avec le Régiment des Black Watch à Montréal. Subséquemment, André a fait partie du Corps de cornemuse de la Gendarmerie royale du Canada (GRC) durant une période de deux ans et depuis, il a participé à de nombreux Tattoo. Démontrant une passion et un professionnalisme exceptionnel, il est constamment volontaire pour représenter fièrement l'ARC à chacun des événements protocolaires et ce, bénévolement. Merci infiniment André pour ton implication et travail remarquable.

Son uniforme suscite de nombreuses questions, ce pourquoi je vous invite à lire nos prochains articles sur l'histoire, le patrimoine et le protocole, car nous y traiterons des différentes parties et des symboles de cet uniforme traditionnel. Pour l'instant, je peux vous confirmer que le kilt, par tradition, se porte effectivement sans sous-vêtement. Donc et sur une touche d'humour, s'il vous plait, aucun besoin de vérifier, car ceci pourrait causer du travail additionnel à vos disciplinaires. Merci.

En terminant, le Col Ménard se joint à moi pour vous remercier encore une fois de votre dévouement exceptionnel à notre belle institution et profitez de la semaine de relâche pour ceux qui seront en congé.

Défendez le Saguenay.

Lisez le **VORTEX** de Bagotville en ligne sur pressdisplay.com ou emportez-le n'importe où grâce à Press Reader

PRESS DISPLAY™ **Press Reader**

www.pressdisplay.com www.pressreader.com

ABONNEZ-VOUS GRATUITEMENT

Ville de la Baie
1344 rue Bagot
544-5931

Dentiste

Redécouvrez les soins dentaires
Centre de Santé dentaire Nadia Bergeron

PL **Pièces d'autos P&L Ltée**
PIÈCES D'AUTOS LTÉE
Auto Parts Plus

Pièces et accessoires automobiles
Carrosserie et peinture

1551, boul. St-Paul, Chicoutimi
549-9775
OUVERT DE 8 H À 18 H TOUS LES JOURS EN SEMAINE ET LE SAMEDI JUSQU'À 12 H.

153, rue Joseph Gagné Nord, La Baie
544-3346
OUVERT DE 8 H À 17 H TOUS LES JOURS EN SEMAINE ET LE SAMEDI JUSQU'À 12 H.

Ville de Saguenay
au service du citoyen

Chronique MUNICIPALE

MOT DU MAIRE DE SAGUENAY

 La Ville de Saguenay a investi près d'un million \$ dans des projets d'envergure, ces dernières semaines, lesquels témoignent la diversité des interventions municipales et la foi des autorités dans des domaines bien particuliers.

Tout d'abord, le 17 février, Saguenay a annoncé une participation financière au projet de la Résidence Le Chêne, dans le secteur Arvida de l'arrondissement de Jonquière, pour un montant de 250 000 \$, lequel représente 10,8 % des coûts totaux du projet (2,3 millions \$) qui, rappelons-le, consiste en une résidence à être érigée sur la rue Deschênes.

Celle-ci disposera de huit lits qui permettront d'accompagner chaque année une centaine de personnes en fin de vie. Contribuer aux résidences en soins palliatifs se veut, pour le conseil municipal, le meilleur moyen de faire la preuve concrète que nous avons à cœur la cause des personnes malades arrivées en fin de vie. Saguenay contribue d'ailleurs également chaque année un montant de 10 000 \$ à la Maison Notre-Dame de Chicoutimi.

Puis, le 21 février, Saguenay a annoncé un autre important investissement, cette fois une contribution de 600 000 \$ dans le projet de construction d'un édifice de quatre étages visant à relocaliser les 140 employés de Revenu Québec au centre-ville d'Arvida, sur le boulevard Mellon près du théâtre Palace.

Le projet, dont les coûts se chiffrent au total à 16 millions \$, apportera une revitalisation au secteur, ce que les autorités municipales cherchaient à générer. L'édifice permettra de rendre plus attrayant le carré Davis. Le centre-ville d'Arvida est particulier, car il possède un cachet unique. La centralisation des services de Revenu Québec va amener plus d'employés dans le secteur et permettra aux commerces voisins de se développer eux aussi.



Entraînement intensif en Californie

Les Alouettes se déploient à Miramar

Le 14 janvier dernier, les premiers d'une centaine d'Alouettes de l'Escadron 425 se sont envolés en direction de la Marine Corps Air Station Miramar en Californie pour prendre part à un entraînement de quatre semaines.

Ce déploiement d'envergure a été très intense pour les membres de l'Escadron 425 et le personnel de soutien de la 3^e Escadre. Au cours de l'entraînement, leur mission était d'apporter un soutien aérien rapproché pour la for-

mation des contrôleurs aériens au Centre interarmées des opérations spéciale de Yuma en Arizona. Le déploiement a aussi permis de compléter la mise à jour de la formation des pilotes de chasse de la 3^e Escadre.

Le cours offert à Yuma vise notamment, sous le leadership du Canada, la formation de contrôleurs aériens avancés provenant de plusieurs pays alliés qui fournissent également un soutien à la formation. L'Escadron 425 a fournis au cours de ce déploie-



Alouettes in California

Jan 14, 2014 saw the departure of the first of over a hundred Alouettes to Marine Corps Air Station Miramar, San Diego, CA.

The four week deployment was an incredibly busy time for 425 Sqn and supporting personnel from 3 Wg Bagotville. Their mission; provide Close Air Support for the Special Operations Joint Terminal Air Controller course in Yuma, AZ, as well as complete upgrades for 3 Wg fighter pilots.

The SOJTAC course is Canadian lead, with multi-national attendance and support. 425 Sqn provided CF-18 support with a full range of traditional target engagement and suppression, as well as non-traditional intelligence and information roles. Long missions, involving advanced electronic capabilities and

aerial refueling kept the pilots busy over the Yuma range complex.

The Close Air Support mission, generating multiple sorties per day, was more than enough to keep a deployed squadron busy, but 425 didn't stop there. In addition to its support role, 425 Sqn also took advantage of the good weather to conduct training and upgrades of fighter pilots at nearly every level. Pilots flew nearly every type of mission the Hornet can fulfill, day and night.

Maintenance crews, intelligence and support units also exercised their deployable skills in a complex and varied environment. This investment in personnel will help to provide the needed flexibility for 3 Wing's operational commitments well into the coming years.

ment des avions CF-18 offrant une grande variété de cibles en plus d'assumer un rôle de premier plan au niveau du renseignement militaire non traditionnel et de l'information.

Les longues missions, incluant des ravitaillements en vol et l'utilisation des capacités électroniques avancées des appareils, ont tenu les pilotes de Bagotville très occupés au cours de ces quatre semaines.

Les missions de soutien rapproché au combat ont généré de nombreuses sorties chaque jour apportant leur lot de travail pour toute l'équipe. À celles-ci, il faut ajouter les vols de perfectionnement des pilotes, qui ont profité des conditions climatiques idéales pour parfaire leur formation

dans presque tous les types de missions, de jour comme de nuit.

Toute cette activité a bien sûr également servi les équipes de maintenance, de soutien et de renseignement, qui en ont profité pour parfaire leur capacité opérationnelles en déploiement dans des environnements variés et complexes. Cela permettra d'assurer la flexibilité nécessaire aux opérations de la 3^e Escadre au

cours des prochaines années.

« Il faut souligner le travail exceptionnel des équipes de maintenance de l'Escadron 425 qui n'ont ménagé aucun effort et ont du faire face à de nombreux changements d'horaire et relever de nombreux défis opérationnels. Leur travail a permis de tirer le maximum de cette période d'entraînement », lance le Capitaine Brian Bown de l'Escadron 425.



MICHEL TURBIDE

Pharmacien

945, rue du Boulevard, Laterrière

Ouvert du lundi au vendredi de 9 h à 21 h
et le samedi de 9 h à 17 h.

LIVRAISON GRATUITE

678-2233

Membre affilié

Proxim

GRATUIT
Les militaires
qui vendent ou
achètent une
maison avec
nous recevront
UNE TABLETTE
ÉLECTRONIQUE 7"
GRATUITE
Profitez de notre
savoir faire !
GRATUIT

TABLETTE GRATUITE TABLETTE GRATUITE

Deux courtiers d'expérience
pour vous servir

418-677-2293

APPELEZ-NOUS !

ROYAL LEPAGE
SAGUENAY-LAC-ST-JEAN
Agence immobilière
Franchisé indépendant et autonome de Royal LePage

Promotion offerte du
1 février au 15 mai 2014
Certaines conditions s'appliquent

www.camilsimard.com



Andrée Boily
courtier immobilier

418-693-4407
aboily1@sympatico.ca



Camil Simard
courtier immobilier

418-818-3523
c_simard@videotron.ca

LE SEUL BUREAU IMMOBILIER À LA BASE DE BAGOTVILLE

TABLETTE GRATUITE TABLETTE GRATUITE

Semaine de prévention du suicide

Une expo de photos sur les beaux côtés de la vie

Dans le cadre de la Semaine nationale de prévention du suicide qui a eu lieu du 2 au 8 février 2014, l'équipe de Promotion de la santé, en collaboration avec la section d'imagerie, a tenu l'exposition Zoom Photo Festival Bagotville dans le hall d'entrée du centre récréatif.

L'exposition visait à partager avec tous les membres de la grande famille de Bagotville les résultats d'un appel à tous pour présenter des photos sur le thème « La vie est belle, qu'on se le dise ».

« Nous avons reçu plus de 120 photos d'une quarantaine de participants, des mili-

taires, des membres des familles et des employés civils pour qui il était important de partager la beauté qu'ils voyaient autour d'eux. Bref, de nous montrer pourquoi la vie est belle », raconte Susie Bernier, directrice de la Promotion de la santé à Bagotville.

Les participants couraient la chance de remporter un des deux massages offerts par Massothérapie Sarah Boily du Centre de physiothérapie de Jonquière! Les gagnantes du tirage au sort sont : Sgt Nathalie Boutin et Mme Jessica Labonté.

La Semaine de Prévention du Suicide 2014 a aussi été soulignée via une tournée



PHOTO : IMAGERIE CPL GIRARD

Les passants pouvaient admirer les photos proposées par les membres de la communauté lors de l'exposition présentée dans le hall d'entrée du centre sportif de la base.

éclair à travers les unités de la BFC Bagotville. « Les gens étaient invités à choisir un message du type *fortune cookie*, sur lequel était inscrit un petit mot inspirant pour certains, rigolos pour d'autres ou qu'on avait le goût de garder et de passer au suivant », explique Mme Bernier qui ajoute que cette tournée était aussi l'occasion pour le personnel de l'équipe de la Promotion de la santé de passer le message que chacun est important et d'inviter le



L'équipe de la Promotion de la santé en compagnie du chef de l'administration de la Base et de la gestionnaire PSP.

Bagotville photo festival

As part of National Suicide Prevention Week, which took place from the 2nd to the 8th of February 2014, the Health Promotion team, in collaboration with the imaging section, held the Bagotville Zoom Photo Festival Exhibition in the lobby of the recreation center.

A call to all was made to send in pictures of the theme "Life is beautiful, Spread the word!" The aim of the exhibition was to share the pictures collected with all those apart of the Bagotville family.

"We received more than 120 pictures from about forty members, military family

members and civilian employees whom wanted to share the beauty they saw around them. In short, we asked them to show us why life is beautiful," says Susie Bernier, Director of Bagotville Health Promotion.

The 2014 Suicide Prevention Week was also marked with tours of the units at CFB Bagotville. A total of 25 visits were made through different units, workshops and sections including the CFRC and the MFRC.

The Health Promotion team would like to thank all staff and sponsors for their contribution to the success of this activity.

personnel à venir voir l'exposition photo au centre récréatif.

En tout, 25 visites ont eu lieu à travers différentes unités, ateliers et sections incluant le CRFC (détachement Chicoutimi), le CRFM et même la guérite de la police militaire!

L'équipe de la Promotion de la santé a tenu à remercier tous les collaborateurs et les commanditaires pour leur contribution au succès de cette activité.

« Bravo à tous ceux et celles qui ont soumis une ou des photos. Toutes les soumissions sont gagnantes, car elles ont permis de toucher quelqu'un! », conclut Susie Bernier.

Tous les courtiers immobiliers de

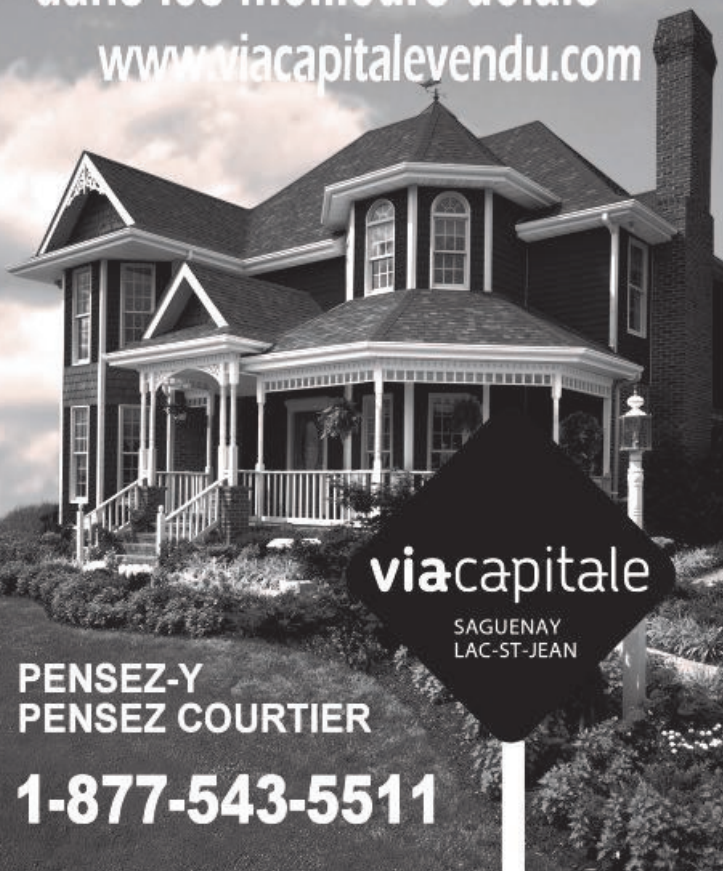
viacapitale

SAGUENAY
LAC-ST-JEAN
AGENCE IMMOBILIÈRE

sont inscrits sur la liste
des fournisseurs de Brookfield

Pour trouver votre propriété
dans les meilleurs délais

www.viacapitalevendu.com



PENSEZ-Y
PENSEZ COURTIER

1-877-543-5511

Un militaire inscrit son aréna au concours

Un mordu de hockey, membre de la 2^e Escadre de Bagotville, le Cplc Camil Gagnon, demande le soutien de toute la région pour permettre à l'aréna du Plateau à Chicoutimi-Nord de remporter le concours Hockeyville de Kraft Canada.

L'enjeu est de taille : la possibilité de remporter 100 000 \$ pour procéder à la mise à niveau de l'aréna.

C'est la deuxième fois que M. Gagnon inscrit l'édifice au concours. Lors de sa première tentative en 2012, il affirme avoir été un peu pris de court. La candidature s'était retrouvée dans les 15 finalistes au pays, mais il n'avait alors pas réussi à faire en sorte que l'aréna se retrouve parmi les huit finalistes étant assurés d'un investissement de 25 000 \$.

Cette fois-ci, le Cplc Gagnon compte bien mousser



Le Cplc Camil Gagnon invite la population de toute la région à appuyer l'aréna du plateau au concours Hockeyville.

davantage la candidature de l'aréna du Plateau. On retrouve d'ailleurs déjà plusieurs anecdotes et photos montrant l'attachement de la population à ce centre sportif sur la page Facebook créée pour l'occasion.

On y voit notamment des joueurs traverser le pont

Sainte-Anne à pied avec leur équipement de hockey lors de la fermeture du pont Dubuc avant les fêtes. Le Cplc Gagnon y raconte aussi comment son fils a pu réaliser son rêve de jouer au hockey.

Aujourd'hui entraîneur adjoint pour l'équipe pee-wee B de son fils Simon, M. Gagnon invite tout le monde à se joindre à la communauté et à démontrer leur intérêt

pour l'aréna du Plateau.

« Nous avons jusqu'au 8 mars pour démontrer notre intérêt et espérer passer dans les huit finalistes de l'Est du pays. Par la suite, il y aura une période de vote du public du 8 au 10 mars. Après ce vote, seules deux communautés dans l'Est du Canada passeront à la demi-finale. J'invite les gens à se joindre à nous et à voter pour nous si nous passons la première éta-

pe des sélections », explique M. Gagnon.

Il est possible de donner son appui en se rendant sur le site: www.krafthockeyville.cbc.ca ou via Facebook en recherchant la page de l'Aréna du plateau. On y retrouve les instructions pour faire partie de la communauté.

Faites vite! Il ne reste que quelques jours avant la première sélection.



L'aréna du Plateau à Chicoutimi-Nord est en lice pour la seconde fois depuis 2012 au concours Hockeyville de Kraft Canada.

Hypothèque Avantage MDN

Ayez une hypothèque
adaptée à votre réalité,
sans aucune pénalité*

Achat de taux offert avec l'enveloppe
Brookfield sans pénalité*

*certaines conditions s'appliquent, voir détails en caisse

Région du Saguenay-Lac-St-Jean

Édifice CANEX
C.P. 200
Alouette QC G0V 1A0

418 677-2641
Sans frais : 1 888 677-2641

info@caissedesmilitaires.com



Desjardins
Caisse des militaires

QUÉBEC • MONTRÉAL • SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN • OUTAOUAIS

Déjeuner familial

Près de 200 personnes réunies

En marge des Hivernades tenues le 13 février dernier, l'équipe du CRFM a organisé un déjeuner familial le 15 février au centre communautaire de la base.

Près de 200 personnes ont pris part à l'événement devenu une tradition hivernale à Bagotville.

En plus du brunch, on avait organisé des activités pour

toute la famille avec clown et maquillage pour les enfants à l'intérieur et des jeux gonflables à l'extérieur.

Quelques dizaines de personnes ont aussi pris part à un concours de mangeur de crêpe au cours duquel les participants devaient manger le plus rapidement possible une crêpe sans utiliser leurs mains. Le commandant de la Base, le Colonel Sylvain Ménard a agi

à titre de juge de ce concours qui a su amuser la foule.

« Nous sommes très satisfaits, il y a eu beaucoup de participants et tout s'est très bien déroulé. Je veux remercier tous ceux qui nous ont aidés à organiser cette activité », affirme Danielle Valmara-Michaud, organisatrice communautaire au CRFM de Bagotville et responsable du déjeuner familial.



Près de 200 personnes on accepté l'invitation du CRFM et ont pris part au brunch familial tenu au centre communautaire.

VOUS DEVEZ PRENDRE UNE
DÉCISION FINANCIÈRE?

Des conseils d'experts en matière de placements adaptés aux besoins de la communauté des FAC!

Indemnités de départ
Paiements tenant lieu d'indemnité de départ
Valeurs de transfert des pensions
Paiements forfaitaires

SISIP RARM
Services financiers
Financial Services

A division of CFMWS
Une division des SBMFC

www.sisip.com



La tire d'érable, un classique du brunch familial, a ravi les palais des jeunes et moins jeunes.

MDA

RÔLES DE SOUTIEN DES UAV DE PREMIÈRE LIGNE

MDA offre plusieurs opportunités stimulantes outre-mer dans le secteur en expansion des véhicules aériens sans pilote (UAV).

Les candidats retenus recevront une formation approfondie à l'étranger. Les employés déployés outre-mer de façon rotative recevront plusieurs jours de congé au Canada ainsi qu'un régime complet de rémunération.

Techniciens en avionique (électronique) et en mécanique :
Les techniciens en avionique (électronique) et en mécanique fourniront un appui quotidien essentiel pour tous les aspects des systèmes UAV, y compris l'aéronef, les capteurs, les charges utiles et les systèmes terrestres.

Pour plus d'informations, s'il vous plaît contacter: David Stephenson, Senior Recruiter, dstephenson@mdacorporation.com
Ou postuler en ligne à l'adresse:
<http://www.mdacorporation.com/careers/jobs/postings/T14011.cfm>
<http://www.mdacorporation.com/careers/jobs/postings/T14012.cfm>

www.mdacorporation.com

Family breakfast

In celebration with Les Hivernades which were held on February 13th, the MFRC team organized a family breakfast on February 15th at the base community center.

Nearly 200 people attended the event which has become a Bagotville winter tradition. In addition to the brunch, there were also organized activities for the whole family, including a clown, face painting for the children and inflatable games outside.

A few dozen people also took part in a pancake eating contest in which participants

had to eat as many pancakes as possible, as quickly as possible, without using their hands. The Base Commander, Colonel Sylvain Ménard acted as a judge of the competition, which ended up having quite the fun crowd.

"We are very pleased, many people participated and everything went very smoothly. I want to thank everyone who helped us to organize this event," says Danielle Michaud Valmara, the Bagotville MFRC community organizer and the one responsible for the family breakfast.

La DIVERSITÉ
fait la FORCE

JOURNÉE INTERNATIONALE DE LA FEMME

DINER POULET, CONFÉRENCE ET ATELIERS

Événement commandité par:

MJCOIFFEURE

LE CHIC BARBER SHOP

À CÔTÉ DU CANEX

Thème 2014:

Célébrer le passé, planifier l'avenir

Jeudi 20 mars de 11 h 00 à 16 h 00

Salle à manger, Mess des rangs juniors

Ateliers:

Coiffure

Décoration Brassard

Le génie du rangement

Nutrition

Once a month cooking

Maquillage

Kiosque ouverts à tous (même sans billet)!

La tenue civile est de mise pour toutes les participantes!

Svp nous aviser en cas d'allergie ou intolérance alimentaire

Guichet non disponible, apportez votre argent



LE GÉNIE
DU RANGEMENT

JC
Jean Coutu



Billets à 10\$ en vente auprès du comité organisateur:

Lt Mélanie Jodoin 4144 (Div admin)
Cpl Jacinthe Poirier 4487 (425ETAQ)
Mme Cynthia Ruest 4912 (PS)
Mme Claudie Descôteaux 7814 (PSP)
Mme Cynthia Gagnon 4211 (Clin Méd)
CplC Véronique Savard 7599 (10EITA)
CplC Myriam Boulianne 7152 (Det Dent)

Slt Véronique Dufort 4989 (Div Log)
Slt Marie-Eve Bernier 7615 (Div Admin)
Cpl Mélissa Dallaire 7137 (3EMA)
Sdt Émilie Gray 4736 (2EEA)
Mme Annie Deschamps 7973 (CRFM)
Mme Christine Bordeleau 4568 (CRFM)
Sgt Martine Morin 7745 (3EMA)

Cpl Édith Dion-Lelièvre 7881 (425 ETAQ)
Lt Véronique Fournier 7630 (Div Log)
Sgt Nancy Biron 7200 (Div Admin)
MatC Geneviève Jobin 4109 (3EMA)
Cpl Émilie Ois 7137 (3EMA)
Capt Hélène Tremblay 4528 (Div Log)

GRATUIT en version numérique!



SUR VOTRE ORDINATEUR, VOTRE PORTABLE, VOTRE TÉLÉPHONE OU VOTRE TABLETTE ÉLECTRONIQUE
avec **pressreader.com**

press reader

Pour avoir accès à la version électronique du journal le Vortex, il faut d'abord vous inscrire sur pressreader.com en choisissant l'option d'abonnement gratuit (pay as you go).
Le Vortex sera par la suite disponible gratuitement.



Une fois inscrit, téléchargez l'application Press Reader disponible pour toutes les plates-formes des téléphones intelligents ou des tablettes électroniques. Avec Press Reader, vous pouvez sauvegarder la plus récente édition du Vortex et la lire n'importe où.



www.pressreader.com

L'ACTUALITÉ EN Survolo



PHOTOS : IMAGERIE MAT1 ROY



Visite

Le Brigadier-général Jean-Marc Lanthier, commandant de la 2^e Division du Canada (autrefois SQFT) était de passage à Bagotville les 5 et 6 février derniers. En plus de passer en revue une partie des troupes, il a pu voler à bord d'un CF-18 en compagnie du Colonel Sylvain Ménard, commandant de la Base de Bagotville et de la 3^e Escadre.



Crêpes

Le commandant de la Base, le Colonel Sylvain Ménard, s'est fait juge le temps d'une compétition de mangeurs de crêpes. Les participants devaient manger leur crêpe le plus rapidement possible, sans utiliser leurs mains. On voit ici le Col Ménard debout à l'arrière et il arbore un sourire qui en dit long sur le plaisir qu'il a eu à officier cette épreuve.



Tournoi

Les policiers militaires de Bagotville se sont joints aux autres policiers de la région pour la présentation du tournoi de hockey pee-wee de Jonquière du 12 au 19 janvier. On voit d'ailleurs ici l'un de leurs véhicules sur la glace lors de l'ouverture du tournoi en compagnie d'autres corps policiers.



Maradon

Quatre militaires de Bagotville ont pris part le 7 février au Maradon Inuk, un marathon intérieur à relai qui vise à amasser des fonds pour les équipes sportives de l'UQAC. L'équipe du Capt Périard et du Cpl Pittman a complété la course (demi-marathon) en 1 h 28 min. Celle composée du Cplc Baril et du Cplc Tourigny a fait un temps de 1 h 31 min. Bravo!

Notre priorité... votre satisfaction
www.jeanpierregamache.com

TRANSFÉRÉ À VALCARTIER?

Participant au service de relogement et des forces canadiennes

Confiez-moi sans tarder la recherche de votre nouvelle propriété... Afin que nous puissions dès maintenant planifier votre projet.

PLUS DE 1000 PROPRIÉTÉS SUR LE MARCHÉ... Peu importe la bannière ou le secteur recherché... Je trouverai celle qui vous conviendra.

1^{re} AGENCE immobilière de la RÉGION

ROYAL LEPAGE Inter-Québec

Jean-Pierre Gamache courtier immobilier

France Bélanger adjointe adm.

CANEX

Le saviez-vous?

Votre dépanneur CANEX vous offre une grande sélection d'articles :

- Marchandise Appuyons nos troupes
- Articles d'épicerie
- Matériel électronique et électroménagers
- Cartes d'appels
- Billets de loterie
- Pneus

Des marques connues, telles que...

General Electric

SONY

TOSHIBA

ASUS

Apple Revendeur agréé

Plan de crédit sans intérêt

12 · 24 · 36 mois

NE VERSEZ AUCUN ACOMPTÉ

MÊME PAS LES TAXES!

3^e Escadre Bagotville

Heures d'ouverture du dépanneur
Du lundi au vendredi : 7 h - 21 h
Samedi et dimanche : 9 h - 21 h

Tél. 418-677-4000, poste 7537

Budget

Auto - Camion de 12 à 26 pieds
Minibus - Camion réfrigéré - Tracteur

ENTREPÔTS SECUR

Entreposage intérieur et extérieur
Espace compartimenté ou à aire ouverte chauffé ou non-chauffé

nolicamlocation.com

418 545-4444
1 800 223-5292

Opéré par **NOLICAM**

418 699-0920
2353, boulevard du Royaume, Jonquière

Accumulez des miles de récompenses Air Miles®

Health Promotion in the Canadian Forces
**STRENGTHENING
THE FORCES**
ÉNERGISER LES FORCES
Promotion de la santé dans les Forces canadiennes



« NutriNight » ou comment concilier travail de nuit et alimentation

Dans le cadre du mois de la nutrition, nous avons pensé à une partie importante de la population militaire : les employés sur les quarts de travail. Nous vous proposons quelques trucs pour vous permettre de bien vous alimenter malgré votre horaire atypique! Ainsi, lorsque vous travaillez de soir ou de nuit :

1. Mangez léger : Puisque la digestion ralentit en soirée, favorisez des aliments qui se digèrent facilement. Il faut donc éviter les matières grasses, les fritures, les sauces crémeuses, les charcuteries, les mets épicés et les repas trop copieux.
2. Faites le plein de protéines : Les glucides sont vite digérés et après votre « boost » d'énergie vous allez ressentir de la fatigue. Il faut donc les combiner avec des protéines pour prolonger votre énergie.
3. Ne restez pas plus de cinq heures sans manger : Pour garder son énergie toute la nuit il faut manger régulièrement. On mise sur des collations légères mais fréquentes (fruits, muffins maison, noix, yogourt)
4. Évitez les excès de caféine : Elle donne une sensation de réveil mais aucune énergie réelle (pas de calories). Aussi, en grande quantité, elle peut gêner le cycle du sommeil et causer de l'anxiété. Vous devriez donc éviter d'en boire cinq à six heures avant le sommeil.
5. Respectez un délai de une à trois heures entre le dernier repas et le coucher : Pour vous permettre de vous endormir facilement.
6. Hydratez-vous : Pour éviter la déshydratation, qui cause une fatigue supplémentaire.

Bon mois de la nutrition!
L'équipe de la Promotion de la santé

Source : DesGroseillers, Julie. *Comment bien s'alimenter lorsqu'on travaille de nuit*. Mieux-Être. Octobre 2012. p.68-69.

Hockey

Bilan de la saison



PHOTO : IMAGERIE CPL CHABOT

L'équipe masculine de hockey sur glace a atteint la finale du championnat régional.

Plusieurs tournois de hockey se sont tenus au cours des dernières semaines et même si les équipes de Bagotville se sont bien défendues, elles n'ont pas été en mesure de remporter les grands honneurs cette année.

D'abord, du 20 au 24 janvier se déroulait à la BFC de Valcartier le championnat de hockey vétérans. Bagotville a terminé le tournoi en troisième position du tournoi à la

ronde. L'équipe de Valcartier a remporté la compétition et représentera le Québec au niveau national. À ce chapitre mentionnons que le Capt Stéphane Guillemette de l'équipe de Bagotville se joindra à celle de Valcartier à Borden au national.

Chez les femmes, le championnat régional s'est déroulé à Bagotville du 26 au 30 janvier. Malgré les heures passées à l'entraînement au cours des derniers mois, la jeune

équipe de Bagotville a dû s'incliner en demi-finale contre l'équipe de Montréal qui a remporté le championnat de la région du Québec par la suite contre Ottawa. Finalement, le championnat régional de hockey masculin a lui aussi eu lieu à Bagotville du 16 au 20 février. Même s'ils ont du travailler fort en demi-finale, l'équipe de Bagotville a réussi à atteindre la finale pour affronter la BFC Valcartier et s'incliner par le compte de 8 à 7.



PHOTO : IMAGERIE MAT1 ROY

La course de l'équipe féminine s'est arrêtée en demi-finale lors du championnat régional.

Review of the hockey season

Several hockey tournaments have been held in recent weeks and although Bagotville teams defended well, they were not able to win the top honors this year.

The veterans hockey championship took place from January 20th to the 24th at CFB Valcartier. Bagotville finished the tournament in third place in the round robin. The Valcartier team won the competition and

will represent Quebec at the national level. Capt Stéphane Guillemette from Bagotville will join the Valcartier team in Borden at nationals.

For the women's team, the regional championship was held in Bagotville on January 26th to 30th. Despite the many hours spent practicing over the last few months, the young Bagotville team lost in the semi-finals against the Montreal team. The Montreal

team went on to win their next game against Ottawa and thus winning the Quebec regional championship.

Finally, the regional men's hockey championship was also held in Bagotville from the 16th to the 20th of February. The Bagotville team worked hard in the semifinals, and managed to reach the finals to come face to face with the Valcartier team, but unfortunately they lost by a score of 8 to 7.

L'ÉCLIPSE
NIGHT CLUB
JEUDIS WEBDATING
SOIRÉES NUIT BLANCHE
WEEKENDS PLEINE LUNE
PARTY DE FILLES
LOGE GRATUITE
POUR GROUPE DE 10 PERSONNES ET PLUS
Découvrez nos 100 VIPGirls au
www.eclipsenightclub.ca

CLINIQUE DENTAIRE
Elysée
DRE JULIE TREMBLAY DMD
463, RUE DES CHAMPS ÉLYSÉES, CHICOUTIMI (QUÉBEC) G7H 5V7
(418) 690-9613

**Our clinic provides
bilingual services**

Certains services doivent déménager temporairement

L'eau fait des dégâts au hangar 2

Le bris d'une conduite d'eau le 29 janvier dernier dans le plafond des bureaux du hangar 2 de la base de Bagotville a causé plusieurs milliers de dollars de dommages, en plus de forcer le déménagement de certains services.

L'incident survenu en soirée a occasionné le déversement de plusieurs centaines de litres d'eau dans l'édifice. Les plafonds, les planchers, certains éléments de structure et du mobilier ont été endommagés par l'eau.

Depuis l'incident, certains services ont dû déménager vers d'autres locaux à l'intérieur du hangar 2. Ainsi, le bureau de la sécurité routière,



celui de la répartition et les services de l'entraînement et des permis ont été temporairement relocalisés ailleurs dans le hangar.

Ceux qui doivent se rendre en personne à l'un de ces

services sont donc invitées à s'informer de leur nouvelle localisation avant de s'y rendre. Mentionnons que les numéros de téléphone de ces bureaux demeurent les mêmes.

Militaires québécois hors du Québec

Votez par correspondance

Que vous soyez affecté ailleurs au Canada ou à l'étranger, le vote pour les électeurs hors du Québec s'adresse à vous.

Vous pouvez remplir dès maintenant le formulaire d'inscription et le retourner par courrier, par télécopieur ou par courrier électronique directement au Directeur général des élections du Québec. De plus, advenant le déclenchement d'élections, vous pourrez vous inscrire en ligne, sur elections-quebec.qc.ca. Vous devrez transmettre une copie de deux pièces d'identité, ainsi qu'une attestation de votre affectation à l'extérieur du Québec si vous êtes absent depuis plus de deux ans. Cette demande complète doit être reçue au plus tard le 19^{ème} jour précédant le scrutin pour que vous puissiez vous prévaloir de votre droit de vote.

Suis-je un électeur québécois admissible ?

Pour exercer son droit de vote, il faut être un électeur et être inscrit sur la liste électorale permanente. Vous devez donc avoir 18 ans et plus, détenir la citoyenneté canadienne et ne pas être en curatelle ou privé de vos droits électoraux par un

tribunal. Vous devez aussi avoir été domicilié au Québec depuis au moins douze mois consécutifs avant la date de votre départ et avoir l'intention d'y revenir. D'autre part, la loi prévoit un délai de deux ans ou moins hors du Québec pour conserver son droit de vote, mais cette restriction ne s'applique pas pour les militaires, qui conservent leur droit de vote aussi longtemps que dure leur affectation à l'extérieur.

Votre conjoint ou une personne à votre charge habite avec vous à l'extérieur du Québec?

Pas de problème! Les conjoints, conjoints de fait et personnes à charge sont aussi admissibles au programme du vote hors Québec, dans la mesure où ces derniers possèdent la qualité d'électeur et ont résidé au Québec douze mois consécutifs avant leur départ. Ces personnes doivent remplir leur propre formulaire d'inscription.

Quelles pièces d'identité dois-je fournir ?

Les deux pièces requises doivent indiquer certains détails importants. D'abord, l'une doit mentionner votre nom ainsi

que votre date de naissance, par exemple un passeport, un certificat de naissance ou une carte d'assurance maladie. L'autre doit indiquer votre nom et l'adresse de votre domicile au Québec, par exemple un permis de conduire, un bail, une carte d'hôpital ou un relevé de compte.

Où puis-je trouver le formulaire d'inscription et des renseignements supplémentaires ?

Le formulaire pour s'inscrire au vote hors du Québec est disponible en ligne, accompagné de diverses informations, sur le site Web : elections-quebec.qc.ca. Il vous faudra choisir l'onglet « Électeur » puis consulter la rubrique « Électeurs hors du Québec », dans la section de gauche. Lors d'un décret d'élection, une nouvelle section vous permettra de vous inscrire directement sur Internet.

Vous pouvez aussi le demander en communiquant avec le Centre de renseignements du DGEQ : Sans frais pour le Canada et les États-Unis au 1-888-Election (1-888-353-2846) Pour les autres pays au 1-418-582-0422

Water damage in Hangar 2

On January 29th, a water pipe broke in the ceiling of the offices in hangar 2 in Bagotville, causing thousands of dollars in damages, in addition to forcing the relocation of some services.

The incident occurred in the evening, causing the release of hundreds of liters of water into the building. Ceilings, floors, some structural elements and furniture were damaged by the water.

Since the incident, some services have had to move to other areas within hangar 2. The road safety, distribution and services training and permits offices have been temporarily relocated to elsewhere in the hangar.

Those who must go in person to one of these services can inform themselves of the new locations by calling beforehand. The telephone numbers remain the same.

CENTRE DENTAIRE
Desgagné
Ouellet
Dr Bernard Desgagné, DMD
Dr Martin Ouellet, DMD
Dentisterie générale
Service de dentisterie esthétique
Service de prothèse sur implant
543-6821
729, boul. Barrette, Chicoutimi
COIN BARRETTE ET ST-PAUL

Lave-auto FL
• Lavage intérieur et extérieur
• Cirage • Lavage de tapis d'auto
• Changement et vente de pneus
• Remise à neuf des phares
Prenez rendez-vous aujourd'hui
677-2209 www.laveautofl.com
Face à l'aéroport civil - 7015, chemin de l'aéroport, La Baie

Thinking about your next steps?
THIRDQUARTER HAS OPTIONS.
We are an online job service for people aged 45 and older. You can register for free while in the comfort of your own home and at your own pace. We use a skills-based matching system that links our applicants with jobs that fit. We know that you have much to offer and we advocate for mature workers.
www.thirdquarter.ca
www.skillsconnectinc.com
Toll Free: 1.855.286.0306
THIRD QUARTER

Un gâteau remarquable

Le 3 février dernier, une cinquantaine de membres civils et militaires de la grande famille de la branche des services logistiques se sont réunis à la Barn pour souligner le 46^e anniversaire du Service de la logistique des Forces armées canadiennes, fondé le 1^{er} février 1968.

Avec plus de 11 000 membres, le Service de la logistique est la deuxième plus importante direction au sein des Forces armées canadiennes (FAC). Ses responsabilités sont très diversifiées. On y retrouve des spécialistes en transport, approvisionnement, mouvement, courrier, munitions, finances, gestion des ressources humaines et services alimentaires.

« Nous avons des gens partout. Notre travail permet aux différentes unités d'accomplir leur mission. Sans nous, les avions ne naviguent pas et les soldats ne peuvent pas accomplir leur mission. Sans nous, la Base de Bagotville ne peut fonctionner », résume le chef de la division de l'Adminis-



Quelques représentants des services de la logistique posent en compagnie du commandant de la base et des cuisinières qui ont réalisé le gâteau d'anniversaire aux couleurs de la branche.



tration à Bagotville, le Lcol Daniel Audet en résumant l'importance du Service de la logistique dont sa division fait aussi partie.

Pour souligner la fête annuelle de la logistique, la 1^{re} Division aérienne du Canada avait lan-

cé un défi aux membres des services de l'alimentation de toutes les bases de l'aviation canadiennes dans le cadre d'un concours de décoration de gâteau. Ce défi a permis à trois jeunes cuisinières de Bagotville de démontrer leur talent en réalisant un magnifi-

que gâteau inspiré de l'emblème du Service logistique des FAC. Les trois cuisinières, Cpl Pauline Tremblay, Cpl Isabelle Roussy et Sdt Annie Turcotte ont reçu une mention élogieuse du Commandant de la 1 DAC en reconnaissance de leur excellent travail. On retrouve notamment sur le

gâteau la devise du Service de la logistique des FAC, *Servitium nulli secundus* (un service à nul autre pareil), symbole de la volonté de la branche d'offrir un soutien incomparable à l'ensemble des unités des FAC afin de leur permettre de mener des missions dans tous les environnements.

Logistic Branch anniversary

On February 3rd, fifty civilians and military members of the logistics services branch of CAF gathered at the Barn to celebrate its 46th anniversary. The Branch was established on the 1st of February, 1968.

With over 11,000 members, the Logistics Branch is the second most important department in the Canadian Armed Forces (CAF). Its responsibilities are very diverse. It includes specialists in transportation, supply, movement, mail, ammunition, finances, human resources management and food services.

To mark the annual celebra-

tion of the logistics branch, the 1st Canadian Air Division had issued a challenge of a cake decorating contest to the members of food services on all Canadian air force bases. This challenge brought forward three young bakers from Bagotville to showcase their talent by creating beautiful cakes inspired by the CAF Logistics Branch emblem.

The three bakers, Cpl Pauline Tremblay, Cpl Isabelle Roussy and Pte Annie Turcotte received a commendation from the 1 Canadian Air Division Commander in recognition of their excellent work.

HISTOIRE, PATRIMOINE ET PROTOCOLE

Le passé nucléaire de Bagotville

Par Sgt Norm Lefebvre

Peu de gens savent que la base de Bagotville a déjà abrité des roquettes air-air équipées d'ogives nucléaires. En effet, de 1972 à 1984 une des armes de l'arsenal canadien était la roquette Génie. La roquette Génie était conçue pour exploser à proximité d'un groupe d'avions russes venant du Nord. L'explosion de cette arme pouvait tout détruire dans un rayon de 300 mètres.



Les ogives appartenaient à l'armée de l'air américaine ou à l'USAF. Une équipe de militaires de l'USAF basé en permanence à Bagotville assurait le contrôle et la surveillance des procédures d'entreposage et d'armement sur l'aéronef. Ces armes étaient entreposées dans des abris spéciaux (SAS ou Special Amunition Storage).

Il fut décidé en 1984 par le ministre de la Défense de l'époque que cette arme n'était plus requise avec l'arrivée des nouveaux avions CF-18 équipé des missiles Sparrow.

Saviez-vous que...?

Le laçage en échelle pour les bottes de parade vient du terme anglais *Straight Bar Lacing* mais le terme français est le laçage transversal. Méthode utilisée, car elle est généralement confortable et permet que les sections horizontales supérieures de lacet puissent être coupées rapidement avec un couteau ou des ciseaux pour enlever plus facilement un démarrage à partir d'une cheville ou le pied cassé, entorse ou autrement blessé.

Cette technique provient à l'origine de l'armée britannique remontant aussi loin que 1815 lors de la guerre de Gurkha.

La méthode de laçage des bottes de combat de type laçage croisé ou *Herring Bone method* vient directement des Marines américains lors de la Deuxième Guerre Mondiale et aussi employée lors de la guerre du Vietnam, ils avaient l'habitude de placer leurs plaques d'identité à l'intérieur de la zone des lacets proprement lacés et tendus.

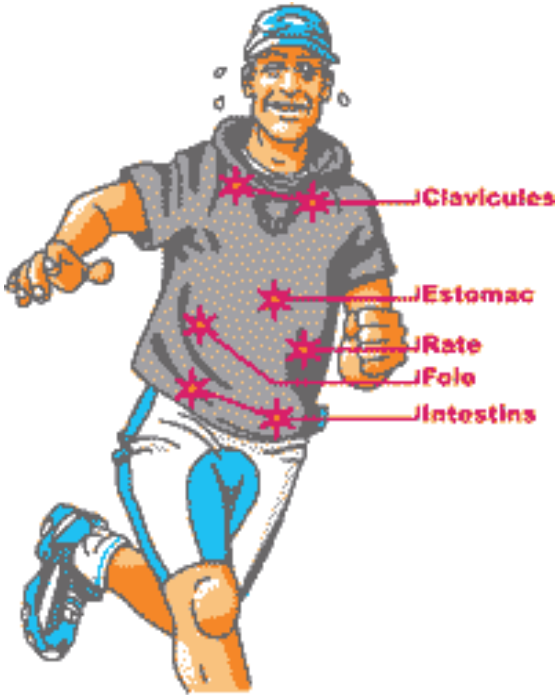
Les avantages de cette méthode incluent la stabilité de la cheville, facile à desserrer et relativement facile à couper avec un couteau. L'armée britannique emploie cette même technique depuis la Deuxième Guerre Mondiale.

Référence : A-DH-265-000-AG-001

Les points de côté

Le point de côté est le point faible de nombreux coureurs. Il est toujours ressenti durant l'effort, mais est souvent sans gravité. Ils sont souvent dus à une mauvaise oxygénation des muscles tels que : le diaphragme, les muscles intercostaux et abdominaux.

Les types de points de côté



- Les points claviculaire
- Les points sous les côtes
- Les points aux intestins
- Les points à l'estomac

Causes des points de côté

Les causes des points de côté sont différentes selon leur emplacement.

Les points sous les côtes et claviculaires ont une

origine circulatoire. Le foie ou la rate, gorgés de sang, perturbent la mécanique respiratoire du diaphragme, la douleur apparaît soit en arrière de la clavicule soit au niveau des côtes. Le diaphragme, trop sollicité par les efforts respiratoires lors de la course, peut aussi causer ce type de point de côté.

Le point de côté aux intestins est dû à une dilatation de gaz au niveau du gros intestin. Cette dilatation peut-être dû par un manque de sang lors de l'effort.

Le point de côté à l'estomac est lié à la digestion, il se situe sous le sternum et au dessus du nombril. Il apparaît lorsque l'estomac n'a pas terminé sa digestion. Il faut respecter 3 heures entre le dernier repas et la course afin d'éviter ce type de point.

Comment prévenir le point de côté?

En cas de points claviculaires : **Comprimez** votre foie avec la main et **inclinez-vous à droite en soufflant**. Faites la même chose, pour la rate, du côté gauche. Le point de côté devrait alors disparaître.

En cas de points sous les côtes : Dans le cas des points de côtés par surcharge sanguine (foie ou rate) : arrêtez de courir ou ralentissez la cadence, **faites quelques expirations profondes** et cela devrait disparaître.

En cas de douleurs d'origine intestinale : Pour les éviter, **buvez beaucoup, par petites gorgées et régulièrement**.

Par : Mario Bouchard, Équipe PSP



SANTÉ-SÉCURITÉ-ENVIRONNEMENT

Pêchez en toute sécurité!

Nous savons que la pêche sur glace comporte plusieurs risques. Que ce soit la pêche sur un site reconnu ou dans un endroit isolé, des accidents peuvent survenir. Certains peuvent même être fatals. Comme il reste encore quelques semaines à la pêche sur les glaces du Saguenay et que certains profiteront du temps doux du printemps pour pratiquer ce sport, permettez-nous de vous soumettre quelques conseils de sécurité aux pêcheurs sur glace.

En ce qui concerne la pêche pratiquée sur un site de pêche reconnu, on y retrouve un nombre important de pêcheurs et de véhicules récréatifs. Plusieurs enfants peuvent se trouver également sur le site. C'est pourquoi il est important de circuler lentement à l'intérieur des zones de pêche. Il ne faut pas oublier que la circulation à véhicule s'effectue sur la glace et la neige. La distance de freinage est donc augmentée comparativement à la circulation sur l'asphalte.

Ensuite, que vous pêchiez dans un endroit isolé ou à l'intérieur d'un village de pêche, les trous qui sont réalisés dans la glace peuvent présenter des risques de trébuchement si quelqu'un y pose son pied par mégarde lors d'un déplacement. Il est également important de ne pas faire les trous trop grands afin d'éviter qu'un enfant ou un adulte s'y infiltre. Selon la réglementation municipale de la Ville Saguenay, les trous doivent avoir un diamètre maximal de 8 pouces.

De plus, il est suggéré de ne pas trop s'approcher du chenal des bateaux. La glace en bordure du chenal pourrait se détacher, particulièrement lorsque la température est clémente. De plus, des gens se trouvant sur le bord du chenal peuvent chuter dans les eaux excessivement froides, ce qui pourrait occasionner la mort en peu de temps.

Si vous exercez votre sport favori dans un endroit isolé, il est recommandé d'avoir en votre possession un moyen de communication et de prévenir les membres de votre famille de votre destination ainsi que du moment du retour. En cas de problème, il vous sera possible de demander de l'aide rapidement.

Les conditions météorologiques peuvent occasionner des imprévus. Par exemple, vous pourriez être obligé de prolonger votre séjour à votre cabane ou encore, de prolonger votre période prévue à l'extérieur. Par conséquent, il est recommandé de consulter les prévisions météorologiques avant de vous rendre à votre endroit de pêche. Nous vous recommandons également de prévoir des vêtements chauds.

En conclusion, la vigilance est de mise en tout temps lorsque l'on pratique des sports sur la glace des cours d'eau. Il importe de ne pas trop s'aventurer en terrain méconnu, de limiter sa consommation d'alcool et de respecter les règlements de la municipalité en matière de santé-sécurité et d'environnement. La réglementation relative à la pêche blanche sur le Saguenay est disponible sur le site internet de Ville de Saguenay. Bonne pêche et surtout, soyez prudents!

Le Bureau de sécurité de la base

VOTE DES ÉLECTEURS HORS DU QUÉBEC

Vous êtes un militaire québécois et vous êtes absent du Québec?

Inscrivez-vous dès maintenant au vote des électeurs hors du Québec!

Pour vous procurer le formulaire d'inscription ou pour plus de renseignements, visitez notre site Web ou communiquez avec notre Centre de renseignements au :

- electionsquebec.qc.ca
- 1 888 ÉLECTION (1 888 353-2846)
- info@electionsquebec.qc.ca

Ces mesures s'appliquent aussi à votre conjoint(e) et aux personnes à votre charge.

Passez le mot!

Si vous connaissez un proche admissible à voter par correspondance, informez-le!



LE DIRECTEUR GÉNÉRAL
DES ÉLECTIONS DU QUÉBEC
Chaque fois, c'est la démocratie qui gagne

Lisez le **VORTEX**
de Bagotville

en ligne sur pressdisplay.com
ou emportez-le n'importe où
grâce à Press Reader

PRESS DISPLAY™

PressReader

www.pressdisplay.com

www.pressreader.com

ABONNEZ-VOUS GRATUITEMENT

AU TABLEAU D'HONNEUR

PROMOTIONS



Sgt Carle



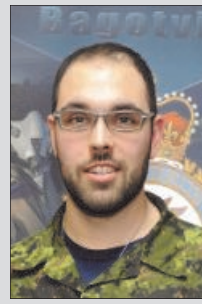
Sgt Castonguay



Sgt Cyr



Sdt Gauthier



Cpl Hollsworth



Cpl Juteau



Cplc Leblanc



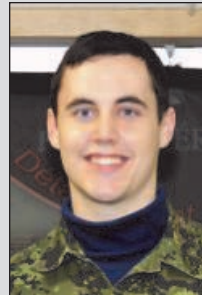
Sdt Lebreton



Cplc Lévesque



Capt Baskerville



Sdt Maclean



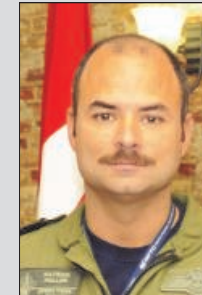
Cplc Martel



Cpl Martin



Sdt Meloney



Maj Pollen



Sgt Sasseville

MÉDAILLES ET AUTRES HONNEURS



Céline Minier
25 ans de service



Adj Girouard
CD2



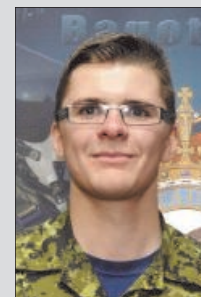
Capt Hachez
Étoile gén. campagne



Cpl Abbott



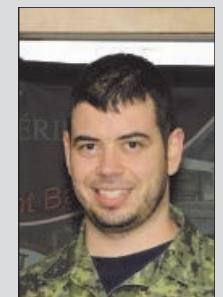
Cpl Duchesne



Cpl Tansley



Sdt Thibault



Cpl Tremblay-
Boudreault



Capt Lawrence
CD



Capt Lebel
CD



Capt Mercier
CD



Cplc Cuerrier
SSM-Alert



Adj Lafontaine
CD2



Maj Dionne
CD1



Maj Woods
US Meritorious
Service Medal



Cpl McGirr
CD1

INFO-MESS — MARS 2014

MESS DES OFFICIERS

JEUDI 13 – LUNCHEON DES MEMBRES
JEUDI 20 – CAFÉ DU CMDT
JEUDI 27 – JEUDI FESTIF

MESS DES ADJ/SGTS

JEUDI 6 – CAFÉ DU CHEF
VENDREDI 7 – DMCV
VENDREDI 14 – DMCV
JEUDI 20 – CAFÉ DU CHEF
VENDREDI 21 – DMCV
VENDREDI 28 – DMCV

MESS DES RANGS JUNIORS

VENDREDI 14 – DMCV
VENDREDI 28 – DMCV

Mars / March 2014

Pour plus d'information contacter le CRFM au 418-677-7468
For more information contact MFRC at 418-677-7468

| dim. | lun. | mar. | mer. | jeu. | ven. | sam. |
|----------------------------------|---|---|--|--|---|---|
| | 3 Parents-enfants | 4 Parents & tots | 5 Parents-enfants Teen Town: Sports PSP | 6 Parents & tots Teen Town: Cyber-intimidation | 7 Teen Town: activités libres | 8 Teen Town: Journée de la femme |
| SEMAINE DE RELÂCHE / MARCH BREAK | | | | | | |
| 9 | 10 Journée pédagogique CS Rives du Saguenay/ P.D. Riverside The Bears Dîner spaghetti | 11 Les Croquignoles Parents & tots | 12 The Bears Parents-enfants Teen Town: Activités libres | 13 Teen Town: activités libres Les Croquignoles Parents & tots | 14 Teen Town: activités libres The Bears | 15 Teen Town: célébrons la St-Patrick |
| 16 | 17 The Bears Parents-enfants | 18 Les Croquignoles Parents & tots | 19 Teen Town: Sports PSP The Bears Parents-enfants | 20 Teen Town: Atelier emploi Les Croquignoles Parents & tots | 21 Teen Town: activités libres The Bears | 22 Teen Town: soirée commerce équitable |
| 23 | 24 The Bears Parents-enfants | 25 Les Croquignoles Parents & tots | 26 Teen Town: activités libres The Bears Parents-enfants | 27 Teen Town: activités libres Les Croquignoles Parents & tots | 28 Teen Town: activités libres The Bears | 29 Teen Town: activités |
| 30 | 31 The Bears Parents-enfants | | | | | |




PARTICIPEZ À NOTRE CAMPAGNE DE FINANCEMENT DE PÂQUES EN ACHETANT LES PRODUITS DE CHOCOLAT LAMONTAGNE ET COUREZ LA CHANCE DE GAGNER UN PAQUET CADEAU GOURMET SANS NOIX!

C'EST SIMPLE!

Consultez le catalogue « Chocolat Printemps 2014 » disponible au CRFM ou en ligne sur <http://www.lamontagne.ca/Catalogues.html> et communiquez avec le CRFM au 418 677-7468 pour commander avant le 12 mars.

Osez gâter vos proches avec du chocolat Lamontagne!



It's easy!

Check out the catalogue "Chocolat Spring 2014" either at the MFRC or online <http://www.lamontagne.ca/en/Brochures.html> then call the MFRC at 418-677-7468 to place your order prior to March 12th.

Treat your loved ones to Lamontagne Chocolates!



YOU CAN HELP WITH OUR EASTER FUNDRAISER. BY BUYING LAMONTAGNE CHOCOLATES FROM US, YOU COULD EVEN HAVE A CHANCE TO WIN A NUT-FREE, GOURMET PRIZE PACKAGE!











Merci aux commanditaires du concours de barbes et du déjeuner familial du Carnaval du CRFM Bagotville 2014!
Thank you to all our sponsors of the 2014 Beard Contest and the MFRC Bagotville Family Carnival Breakfast!












Numéros importants — Importants phone numbers

CRFM Bagotville MFRC
1775, Lucien-Lecompte,
C.P. 280 Alouette, QC G0V 1A0
info@crfmbagotville.com

Téléphone - 418-677-7468
Télécopieur - 418-677-4468
Sans-frais - 1-800-866-4546
Halte-Répît - 418-677-4000 p. 7676

Teen Town - 418-677-4000 poste 7510
Service de santé - 418-677-7782
Centre de soutien au déploiement / Deployment Support Centre - 1-877-844-5607 option 3

Ligne Info-famille/ Family Information Line
1-800-866-4546
Programme d'aide aux membres / Member Assistance
Program - 1-800-268-7708
Info-Santé et Info-social - 811

Surfez à l'infini !

Avec le Trio le plus compétitif,
ajoutez le **téléchargement illimité**
pour seulement **10\$*** par mois.



DERYtelecom

418.544.3358 | derytele.com

* Offert en forfaits Combo ou Trio seulement. TPS et TVQ en sus. Là où la technologie le permet. D'autres conditions s'appliquent.



COMMISSIONNAIRES

FIABLE • EN TOUT TEMPS • EN TOUT LIEU

NOUS EMBAUCHONS DES HÉROS

Nous offrons plus que de l'assistance-emploi. Commissionnaires embauche des vétérans et reconnaît pleinement la valeur de leurs compétences, de leur formation et de leur expérience. Nous offrons une souplesse d'emploi et des postes valorisants dans les secteurs suivants :

- Services de sécurité
- Application des règlements et services de soutien aux activités policières
- Formation
- Services d'empreintes digitales et d'identification

Joignez-vous à notre équipe de 20 000 commissionnaires à l'échelle du pays.

www.commissionnaires.ca/fr/carrieres