

le **VORTEX** de Bagotville



Volume 11 Numéro 6

LE JOURNAL DE LA BASE DES FORCES CANADIENNES DE BAGOTVILLE

JUIN 2016

Maple Flag, Maple Resolve, Maple Strike, RIMPAC

Un été très occupé pour les militaires de Bagotville



pages 2 et 3

Résultats remarquables pour les athlètes de la base... page 5

Programme Sports et loisirs 2016 : épargnez cet été... pages 12 et 13

Plus de 500 participants à la Course de Bagotville... page 18





Arrêtez-vous à temps.

GARANTIE SUPPLÉMENTAIRE NOKIAN eNTYRE 2.0

En plus de la Garantie Limitée relative à la bande de roulement, Nokian Tyres offre une **GARANTIE SUPPLÉMENTAIRE** à l'achat de pneus Nokian eNTYRE 2.0. **Renseignez-vous dès maintenant !**

Obtenez

70\$

de remise sur une carte prépayée,
du 15 mars au 3 juin 2016.
À l'achat d'un ensemble de 4 pneus sélectionnés.





**GARAGE
JEAN-PIERRE
TREMBLAY**

MEMBRE DU RÉSEAU **TIRECRAFT**

La Baie 2460, rue Bagot 418-544-4455	Chicoutimi 1737 boul. Talbot 418-545-4455
--	---

De nombreux exercices à l'agenda au cours des prochains mois

L'été sera très occupé pour les militaires

Alors que l'arrivée du mois de juin amène certains à rêver aux vacances estivales qui approchent, une grande partie du personnel militaire de Bagotville se retrouve plutôt occupé dans l'une des périodes les plus actives de l'année.

En effet, de la mi-mai au début juin, près d'une centaine de membres de l'Escadron 425 et de plusieurs unités de soutien ont pris part à l'exercice Maple Resolve. Une autre centaine de militaires, principalement de l'Escadron 433 ceux-là, les

ont rejoints à Wainwright et à Cold Lake en Alberta pour les exercices Maple Strike et Maple Flag. Bagotville collaborera aussi à la formation des spécialistes de guerre électronique au cours de ce passage dans l'ouest du pays.

Avec une douzaine de chasseurs CF-188 Hornet déployés pour prendre part à ces exercices, les dernières semaines du printemps ont nécessité un effort constant.

Ces exercices annuels sont, selon le commandant de la BFC Bagotville, le colonel

Darcy Molstad, une excellente occasion de parfaire l'entraînement de l'ensemble du personnel. « Avec Maple Strike, nous profitons de la collaboration des autres armes, et particulièrement de la présence de l'artillerie, pour compléter la préparation de nos membres à des missions de soutien des troupes au sol. Nous avons aussi l'occasion de développer des scénarios d'entraînement propres à l'aviation », résume le commandant.

Pour l'Escadron 433, il s'agit de mettre la touche finale à sa préparation en vue d'éventuelles missions qui pourraient survenir au cours de la prochaine année. « C'est le 433 qui est l'escadron de haute disponibilité présentement pour l'Aviation royale canadienne, c'est pour cette raison que ses membres vont aussi prendre part à l'exercice RIMPAC à Hawaï en juillet », ajoute le col Molsatd.

L'exercice *Rim of the Pacific*, mieux connu sous l'abréviation RIMPAC, débutera le 2 juillet prochain et impliquera plus de 500 membres de l'Aviation royale canadienne. En tout,



PHOTO : IMAGERIE MATC PICARD

Le cplc Sébastien Gasseau du 433 ETAC prépare le matériel requis pour soutenir les opérations de l'Escadron lors de l'exercice Rim of the Pacific- RIMPAC mené chaque deux ans dans les îles hawaïennes et à Pearl Harbour.

27 nations prendront part à l'exercice regroupant plus de 25 000 militaires sur la mer, sur la terre ferme et

dans les airs du 2 au 30 juillet prochain.

Une première équipe de la 2^e Escadre prendra son envol dans quelques jours pour préparer l'arrivée du reste de la délégation canadienne qui suivra dans quelques semaines. « Le camp canadien sera installé en milieu austère, la 2^e Escadre devra l'installer à partir de rien. Par la suite, c'est aussi la 2^e Escadre qui va fournir une grande partie du personnel du centre de contrôle des opérations aériennes et de l'état major », explique le commandant.

En tout, plus de 150 militaires de la BFC Bagotville participeront à RIMPAC, le plus gros exercice multinational au monde.

1611, boul. Talbot,
Chicoutimi
418-698-8611

LA CAGE AUX SPORTS

Sensations assurées...
5 écrans géants HD
C'est ici que ça se passe !

le VORTEX de Bagotville

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

Éditeur en chef :
Lcol Michel Cécyre (BFC Bagotville)

Édition, rédaction, publicité
Brin d'com
418-306-2592
brindcom@royaume.com

Affaires publiques BFC Bagotville
418-677-7277 ou 418-677-4145

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

Le Vortex est publié le second jeudi de chaque mois et imprimé à 2 500 exemplaires.

Aussi disponible en version numérique au
www.vortexbagotville.com
et sur **pressreader.com**

Prochaine publication: 14 juillet 2016
Date de tombée pour la prochaine édition:
7 juillet 2016

Aquafun

33 JEUX ET JETS D'EAU
CHUTE D'EAU FROIDE
2 SPAS ET HAMMAM
SUPER SPLASH
MÉGA PISCINE
GLISSADES

LE MONTAGNAIS
HÔTEL MULTISERVICE

418-543-1521 • **www.lemontagnais.qc.ca**

de la BFC Bagotville



Le colonel Molstad commandera l'ensemble de la Force opérationnelle aérienne du Canada lors de l'exercice RIMPAC 2016.

Le colonel Molstad se rendra aussi à Hawaï après un petit détour par Maple

Flag. Il occupera d'ailleurs un rôle de premier plan au sein de la délégation cana-

dienne à RIMPAC puisqu'il y commandera la Force opérationnelle aérienne.

« Ce sera très intéressant comme responsabilité parce que j'aurai la responsabilité de l'ensemble de la force aérienne canadienne sur place. Même si la mission d'une force opérationnelle aérienne est toujours la même, ce sera très enrichissant de côtoyer autant de représentants de nations avec lesquelles nous ne travaillons pas souvent », ajoute le colonel Molstad.

Il faut dire que la délégation canadienne à RIMPAC 2016 est la plus grosse depuis la création de l'exercice en 1971.

Le Canada jouera aussi un rôle de premier plan dans le déroulement des opérations en général puisque le contre-amiral Scott Bishop, commandant du Commandement des opérations interarmées du Canada,

sera commandant adjoint de RIMPAC aux côtés de l'amiral américain commandant de la 3^e Flotte du Pacifique qui dirigera l'ensemble de l'exercice.

Un Canadien est aussi responsable de tout l'aspect

aérien de l'exercice. « Cela démontre l'importance du Canada comme allié aux yeux des Américains. Et aussi, le rôle important que nous pouvons jouer au niveau politique dans le monde », conclut le colonel.

Summer will be very busy for CFB Bagotville

When June comes around, many start dreaming about the approaching summer holidays. However, many Bagotville military personnel find themselves in the busiest time of year.

From mid-May to late June, more than 150 Bagotville members will take part in Maple Resolve, Maple Strike and Maple Flag exercises, held in the western provinces.

The Commander of CFB Bagotville, Colonel Darcy Molstad explains that these annual exercises are a great opportunity to improve the training of all staff.

433 Squadron is putting the finishing touches on poten-

tial missions for next year. "433 Squadron is the RCAF's designated high readiness fighter squadron so that's why they'll take part in RIMPAC in Hawaii this July," added Col Molstad.

Exercise Rim of the Pacific (RIMPAC), begins July 2 and will involve more than 500 RCAF members. In all, 27 nations will take part in the largest multi-national exercise in the world from July 2-30.

More than 150 members from Bagotville will join more than 25,000 international military members from sea, land and air. 2 Wing's Air Field Activation and Surge Team departs 14 June to prepare for

the arrival of the Canadian delegation.

Col Molstad will be the Commander of the Canadian Air Task Force in Hawaii. Canada will also play a leading role in the exercise.

Rear-Admiral Scott Bishop will be the Deputy Commander Combined Task Force and Brigadier-General Blaise Frawley will be the Commander Combined Forces Air Component Command.

"This demonstrates the importance of Canada as an ally in American eyes. And also, the important role that we can play at the political level in the world," says the Colonel.

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

Lisez
le VORTEX
de Bagotville

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

PressReader
BY NEWSPAPERDIRECT

www.pressreader.com

RE/MAX
Courtier immobilier agréé
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 !

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

Au revoir et merci!

Je profite de la dernière occasion que j'ai de vous écrire dans ces pages afin de remercier sincèrement chacun d'entre vous, ainsi que vos familles, pour le travail et le dévouement exceptionnel que vous démontrez quotidiennement.



Au cours des trois dernières années, j'ai eu la chance de côtoyer la majorité d'entre vous en compagnie du col Ménard et du col Molsstad et nos sentiments face à votre travail, vos accomplissements, vos valeurs et vos sacrifices, ont toujours été des sentiments de fierté et de profonde reconnaissance. Être votre représentant et représenter la 3^e Escadre et la BFC Bagotville lors des différents colloques ou rencontres a toujours été une tâche facile pour nous, car nous savions que nous représentions une équipe exceptionnelle.

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

Ce fut pour moi un immense privilège et un honneur de servir la grande institution de Bagotville ainsi que la « volonté de faire » et le leadership exceptionnel des gens qui la composent.

Il est temps pour moi de partir et de laisser la place à une relève importante et essentielle au succès de nos opérations, notre organisation et notre communauté. Je souhaite la plus cordiale des bienvenues à l'adjuc Marc Corriveau et le félicite encore une fois pour sa nomination à titre d'adjutant-chef de la 3^e Escadre et de la BFC Bagotville. Je vous invite à venir lui souhaiter la bienvenue ainsi qu'à sa conjointe Emma et son fils Zachary lors de la cérémonie de passation de responsabilités prévue le 19 août prochain.

J'aimerais saluer et remercier particulièrement nos piliers en matière de services: PSP, CFRM, CPE Alouette, CSD, CISP, Promo-santé, ALFC, nos aumôniers, le 25^e C Svc S et la 1 UD qui travaillent dans l'ombre, mais qui sont au fait de ce que nous avons de plus chers, nos familles, notre bien-être, notre santé morale et notre santé physique. Ces institutions sont remplies de gens exceptionnels, professionnels, dévoués, sans limites et qui, chaque jour, font une différence pour plusieurs d'entre nous. Un merci sincère pour votre dévouement.

Je profite aussi de cette occasion pour remercier nos colonels honoraires et amis de la Base avec qui j'ai eu le privilège de travailler; col Jim Killin, col Joseph Lewis, col Marc Weightman, col Dany Grimard, col Jean-Marc Dufour, col Guy Lafleur, col Dominique Bouchard et M. Dominique Chagnon. Une brochette d'hommes d'affaires exceptionnels qui ont à cœur nos valeurs et nos familles, qui se démarquent par leur engagement inconditionnel et surtout par leurs présences assidues au sein de vos unités. Messieurs, mille mercis de garder en vie cette belle vocation qu'est celle de colonel honoraire, c'est un privilège de vous avoir ici à Bagotville.

Messieurs les commandants d'unités et chefs de division, ce fut un privilège de vous côtoyer, votre leadership et votre dévouement sont continuellement au cœur des multiples succès de Bagotville, un gros merci. Collègues adjudants-chefs, adjudants-chefs adjoints et disciplinaires, gardiens de nos valeurs et de la profession des armes, merci pour votre travail acharné et continu, merci pour le soutien que vous apportez à vos membres et à leurs familles quotidiennement. Col Molstad, col Ménard, j'ai eu l'immense privilège de partager votre vision et votre mission, sincères remerciements pour la confiance que vous m'avez accordée au cours de ces dernières années, je vous souhaite une longue et belle carrière au sein des FAC.

En terminant, mon épouse Louise et moi aimerions souhaiter à chacun d'entre vous un excellent congé estival bien mérité. Nous souhaitons également la plus cordiale des bienvenues aux nouvelles familles, membres civils et militaires qui arrivent, et la meilleure des chances à ceux qui nous quittent cet été. Bonne continuité de carrière à chacun d'entre vous. Encore une fois, un merci sincère à tous!

Défendez le Saguenay et protégez cette belle institution qu'est Bagotville.

Muté à Ottawa? Contactez-moi



Benoit Doré, CD
Courtier immobilier résidentiel
Residential real estate broker

viacapitale
Outaouais
Agence immobilière
bdore.courtier@outlook.com



Cellulaire:
819.210.8158

Ville de
Saguenay
au service du citoyen

**Chronique
MUNICIPALE**

MOT DU MAIRE DE SAGUENAY



Je m'implique personnellement dans la croisade visant à maintenir en vie Jonquière Médic, ce service de médecine à domicile existant depuis 34 ans et qui risque de disparaître dans les prochaines semaines. En effet, de nouveaux paramètres de rémunération entreront en vigueur et occasionneront des pertes de revenus pour les médecins dans la dispense de services à domicile.

J'ai eu plusieurs contacts à ce sujet avec le premier ministre, M. Philippe Couillard. Malgré tous les bienfaits qu'apporteront la loi 20, cette législation risque carrément de détruire un actif inestimable de notre patrimoine sociocommunautaire, lequel rencontre environ 11 000 citoyens annuellement et obtient 20 % de son financement de la Ville.

J'ai demandé au premier ministre s'il pourrait avoir une ouverture d'esprit quant à la possibilité qu'un service similaire à Jonquière Médic soit mis en place, mais avec des super-infirmières (plus spécialisées) pour dispenser le service. Monsieur Couillard a montré une certaine ouverture d'esprit. Une affaire à suivre dans les semaines à venir.

Par ailleurs, j'ai apprécié de lire récemment que l'étude annuelle de HEC Montréal sur les finances municipales nous classe première ville au Québec en ce qui concerne la plus forte diminution de dépenses pour l'année 2015, soit 6,5 % équivalant à environ 15 millions \$.

Un rappel de notre façon de faire : d'abord, nous avons procédé à un vaste exercice de rationalisation dans tous les services, leur demandant de réduire leurs dépenses de 5 %, représentant 10 millions \$. La dernière tranche de 5 millions \$ provient de la refonte de notre organigramme basé sur l'amélioration de performance, il y a quelques années, laquelle génère des économies récurrentes de ce dernier montant.

J'en profite d'ailleurs pour remercier M. Jean-Yves Provencher, président, et les autres membres du Conseil du trésor pour leur travail colossal permettant d'arriver à de tels résultats.

Jean Bruneau

Plusieurs médailles remportées lors des championnats nationaux

Performances exceptionnelles des athlètes d'ici

Les athlètes de la BFC Bagotville se sont distingués de façon exceptionnelle au cours des dernières semaines dans le cadre des championnats nationaux de plusieurs sports.

D'abord du 30 avril au 6 mai, à la BFC Borden, le championnat national de badminton a permis aux représentants de Bagotville de récolter

une première médaille d'or en tant que membre de l'équipe de la région du Québec. Au point de vue individuel, le sergent Johnny Tremblay a aussi remporté l'or en double, classe ouverte alors que le major Mario Riverin a décroché la médaille d'argent en double chez les maîtres.

Pour sa part, le matelot-chef Steeve Picard a reçu le prix

du joueur le plus utile à son équipe pour la région du Québec.

Au même moment, toujours à Borden, l'équipe du Québec de squash décrochait elle aussi la médaille d'or en équipe ce qui a permis au caporal-chef Anna Komosa de revenir à Bagotville avec une seconde médaille d'or.

En effet, l'athlète avait remporté un peu plus tôt le tournoi chez les femmes en classe ouverte.



PHOTO: IMAGERIE MATO PICARD

Les trois membres de Bagotville qui ont remporté l'or en badminton au championnat national. Dans l'ordre habituel: major Mario Riverin, sergent Johnny Tremblay et le matelot-chef Steeve Picard.



PHOTO: IMAGERIE BORDEN

Cplc Anna Komosa, a remporté la médaille d'or en squash chez les femmes au niveau national en classe ouverte.

Quelques semaines plus tard, les 28 et 29 mai, c'était au tour des coureurs de Bagotville de s'illustrer au plan national lors du Marathon d'Ottawa qui était aussi l'hôte du championnat national de course militaire.

Le caporal Jean-Philippe Dion s'est particulièrement fait remarquer en terminant la course de 5 km en 3^e position devant plus de 7 650 coureurs, militaires et civils toutes catégories, ayant pris le départ pour cette course. Avec un temps de 16 min. 38 sec., cette 3^e place au classement général lui a aussi permis de remporter la première position chez les hommes parmi les militaires.

Le caporal Alexandre Boulé a lui aussi bien couru à Ottawa en terminant premier au



PHOTO: CPLC GOSSELIN PSP OTTAWA

Lors du Marathon d'Ottawa, le cpl Jean-Philippe Dion a terminé premier chez les militaires et troisième toutes catégories à la course de 5 km. Il reçoit ici sa médaille d'or du bgén Bruce Ploughman.

10 km, dans la catégorie des maîtres chez les militaires, avec un temps de 34 min. 09 sec.

Pour sa part, le capitaine Éric Périard a mis 1 h 43 min 31 sec. pour parcourir les 42,5 km du marathon terminant ainsi premier chez les militaires dans la catégorie maître.

Finalement, soulignons l'excellent temps de l'élève-officier Pier-Alexandre Lacasse qui avec un 5 km parcouru

en 18 min, 10 sec a terminé 17^e au classement général parmi 7 652 coureurs.

Les conditions météo n'ont pas facilité la vie des coureurs à Ottawa, particulièrement le 28 mai, alors que le mercure a grimpé au-dessus des 30 degrés Celsius avec un taux d'humidité écrasant.

Le départ du marathon du 29 mai a même été avancé pour éviter que le soleil ne nuise davantage au déroulement de l'événement.

Exceptional performance for Bagotville's athletes

Athletes from CFB Bagotville excelled recently during military national championships in a variety of disciplines.

During the National Badminton Championship at CFB Borden from April 30 to May 6, Bagotville won the Team gold medal. Sgt Johnny Tremblay also won gold in double in open class, Maj Mario Riverin won silver in doubles masters, and MS Steeve Picard received the Most Valuable Player award for the Quebec region.

At the same time in Borden, Quebec's squash team clinched team gold while MCpl Anna Komosa earned her second gold medal in the women's open.

A few weeks later, runners from Bagotville competed in the Ottawa Marathon which also served as the military's National

Running Championship from May 28-29. Cpl Jean-Philippe Dion finished 3rd overall in the 5K with a time of 16 min 38 sec, beating out 7650 other runners (military and civilian) which placed him 1st among military runners. OCdt Pier-Alexandre Lacasse placed 17th overall with a time of 18 min 10 sec.

Cpl Alexandre Boulé placed 1st in the 10K military masters category with a time of 34 min 09 sec while Capt Eric Périard finished 1st in the half-marathon military masters category, running 42.5 km in 1 h 43 min 31 sec.

Weather did not make life easy for the runners, particularly on May 28 when the mercury climbed over 30 degrees Celsius with overwhelming humidity.

Ville de la Baie
1344 rue Bagot
544-5931

Dentiste
Redécouvrez les soins dentaires
Centre de Santé dentaire Nadia Bergeron

PL
PIÈCES D'AUTOS LTÉE
Auto Parts Plus

Pièces d'autos P&L Itée
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.

Exercice Brave Beduin

Les Phoenix du 2 EEA à l'entraînement au Danemark

Pour la deuxième année consécutive, des membres du 2^e Escadron expéditionnaire aérien (2 EEA) ont pris part à l'exercice Brave Beduin, tenu dans la ville de Skive au Danemark, du 24 au 29 avril dernier.

Cette édition marquait la quatrième participation du Canada à cet exercice de l'OTAN appelé « Warning and Reporting » contre les menaces chimiques, biologiques, radiologiques et nucléaires (CBRN.)

Le contingent canadien comptait trois centres de collecte (CC) d'informations CBRN, dont un interarmées, comprenant l'Aviation royale canadienne (ARC) et l'Armée canadienne. Les CC interarmées avaient la responsabilité du contrôle d'un aéroport situé dans un secteur de responsabilité allemande.

Afin d'être efficace, un CC doit développer plusieurs habiletés. Les opérateurs doivent être en mesure de

déterminer la zone contaminée et à évacuer lors d'une attaque CBRN, conseiller le commandant sur les mesures défensives à prendre (tenue de protection, évacuation, décontamination, etc.), établir un graphique des zones contaminées ainsi que le taux de contamination au sol, et informer le commandant sur le taux de victimes et les contre-mesures médicales à adopter.

De plus, un CC doit colliger l'information concernant les activités industrielles dans leur champ de responsabilités opérationnelles, et prévoir les effets probables en cas de déversement accidentel de matériaux industriels toxiques.

Les opérateurs CC du 2 EEA, participaient à cet exercice d'envergure à titre d'opérateur du CC interarmées. Ils se sont particulièrement démarqués dans l'utilisation des logiciels de prédiction et d'alerte, tout en informant la chaîne de commandement locale. De plus, chaque opérateur avait l'occa-



Près de 350 militaires provenant de 15 pays membres de l'OTAN ont pris part à l'exercice Brave Beduin.

sion d'agir à titre de superviseur et de fournir au commandant local un briefing complet sur les incidents, les mesures adoptées et celles à venir, afin de rétablir les opérations aériennes le plus rapidement possible.

La fin de l'exercice marquait une étape importante pour les opérateurs du 2 EEA.

En effet, cela leur a permis d'atteindre le niveau opérationnel requis afin d'opérer un CC lors d'opération

de l'ARC, autant domestique qu'à l'étranger.

Ils auront dorénavant les connaissances et l'assurance requises pour fournir des prédictions précises et des conseils judicieux au commandant des forces interarmées en matière de défense CBRN.

En outre, la participation à cet exercice continue à renforcer la réputation de la 2^e Escadre à titre d'expert CBRN au sein de l'ARC.

2 AES Phoenix train in Denmark

For the second consecutive year, members of 2 Air Expeditionary Squadron (2 AES) took part in Exercise Brave Beduin, in Skive, Denmark from April 24th-29th.

The Canadian contingent included three Chemical, Biological, Radiological and Nuclear (CBRN) collection centers (CC), including a joint one between the Royal Canadian Air Force (RCAF) and the Canadian Army. The joint CC was in charge of controlling an aerodrome within Germany's area of responsibility.

To be effective, a CC needs

to have certain skills. Operators must be able to determine if an area is contaminated and requires evacuation during a CBRN attack, while advising the Commander on defensive measures such as protective clothing, evacuation, decontamination, ect.

Responsibilities also include establishing a map of a contaminated area, determining the rate of contamination in the ground, informing the Commander on casualties, and determining which medical countermeasures must be taken.

In addition, a CC should

collect information on industrial activities within their area of responsibility, and predict the likely effects of toxic industrial material spills.

The end of the exercise marked an important milestone for the operators of 2 AES. It allowed them to reach the operational level required to operate a CC during RCAF operations, domestic and abroad.

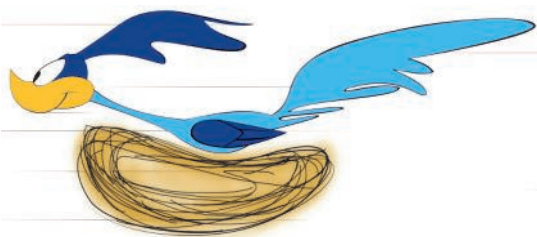
In addition, participation in this exercise continues to strengthen 2 Wing's reputation as a CBRN expert within the RCAF.

CLINIQUE
DENTAIRE
D'IMPLANTOLOGIE
FRANÇOIS BLACKBURN

Pour la santé buccodentaire de toute la famille
TROUVEZ TOUT SOUS UN MÊME TOIT!

- Orthodontie
- Parodontie
- Implantologie
- Blanchiment des dents
- Prothèses dentaires
- Chirurgie & dents de sagesse

Pour un rendez-vous, contactez-nous au **418 542.3368**
DENTISTEBLACKBURN.COM | SERVICE D'URGENCE 7 JOURS / 7



Compétition Roadrunner 6.0

Une combinaison d'endurance, de puissance, de vitesse et de travail d'équipe qui fera de vous les gagnants!

Date: 21 juin 2016 de 11 h 30 à 12 h 30

Lieu: terrain de tennis (en cas de pluie, dans le gymnase)

En équipe de 4

Objectif: exécuter les épreuves le plus rapidement possible.

Épreuves à relais:

1. 1600 m de course à relais (400 m / participant);
2. 300 flexions de la hanche «Squats» (75 / participant);
3. 200 push-ups (50 / participant);
4. 100 «burpees» (25 / participant);
5. 1 600 m de course à relais (400 m / participant).

Inscription: poste 4253

Mario Bouchard - Zoé Grenon-Girard - Mathieu Girard



Grand Défi Pierre Lavoie 2016

L'équipe de cyclistes de Bagotville est prête !

Le 16 juin prochain se tiendra la 8^e édition du Grand Défi Pierre Lavoie (GDPL), parcours de 1 000 km à vélo de La Baie jusqu'à Montréal, en 60 heures. Depuis cinq mois, les six cyclistes sélectionnés représentant les 2^e et 3^e Escadres s'entraînent sans relâche.

Collaboration spéciale
Maj Sylvain St-Gelais
Cycliste GDPL 2016



Les cyclistes qui représenteront la BFC Bagotville s'entraînent sans relâche depuis cinq mois afin de parcourir les 1 000 km du Grand Défi.

Le grand décompte est donc commencé en vue de la grande aventure pour le lcol Éric Grandmont (3 EMA), le maj Sylvain St-Gelais (2 UCCA), la capt Mélanie Jodoin (3 EMA), la capt Hélène Gauvin (Div Log), le cplc Déréck Supper (425 ETAC) et le sgt Didier Savard (3 EMA) substitut.

Pour cette édition, l'équipe de la BFC Bagotville parraine l'école Fréchette de L'Anse-Saint-Jean. À l'image de nos cyclistes, les enseignants et le directeur de l'école, M. Raynald Gagné, étaient extrêmement motivés lors de leur participation au concours *Lève-toi et bouge* (LTEB). Du 2 au 30 mai, le personnel enseignant, les 72 élèves et leur famille ont déployé beaucoup d'efforts pour accumuler le

plus de cubes énergie possible.

Afin de les soutenir, les cyclistes leur ont rendu visite à quelques reprises et ont eu le plaisir de jouer à un nouveau jeu nommé le ballon-but, de pratiquer la Zumba et d'arpenter les pistes cyclables de L'Anse-Saint-Jean avec les élèves. Les membres de l'équipe peuvent être fiers de leur dévouement dans la promotion de saines habitudes de vie.

Pour en revenir au 1 000 km, après leur départ le 16 juin prochain, les cyclistes du Grand Défi emprunteront pour la première fois la route «du petit Parc», la Route 381 en direction de Baie-Saint-Paul et

continueront leur parcours vers Côte-de-Beaupré, Ste-Catherine-de-la-Jacques-Cartier, St-Marc-des-Carrières, Louiseville, Terrebonne, St-Jean-sur-Richelieu, Château-guay, Pincourt, Verdun et termineront au Stade olympique à Montréal.

Les membres de l'équipe ont tenu à remercier le personnel du PSP et l'adjum Éric Bergeron pour leur généreuse contribution à leur préparation et à la sélection des membres. Ils ont aussi souligné le travail de l'adj Sylvain Robert, entraîneur, ami de l'équipe, encadreur et surtout mentor qui a su communiquer sa passion et ses connaissances du vélo.

Depuis 2010, les cyclistes de la base ont se sont bâti une solide réputation par leur rigueur à l'entraînement afin d'assurer les meilleures conditions de sécurité à vélo et mettant à l'avant l'entraide après des autres cyclistes moins expérimentés.

Vous pourrez encourager les cyclistes lors de leur départ de La Baie le 16 juin. Afin de connaître le parcours et suivre la progression de l'équipe en direct, consultez le site du GDPL au www.legdpl.com/le-1000-km.



MICHEL TURBIDE

Pharmacien

945, rue du Boulevard, Laterrière

Ouvert du lundi au vendredi de 8 h 30 h à 20 h 30
et le samedi de 9 h à 16 h.

LIVRAISON GRATUITE

678-2233

Membre affilié

Proxim

**NOUS AVONS LA PROPRIÉTÉ
QU'IL VOUS FAUT!**



JONQUIÈRE - 1898 rue St-Jean-Baptiste

Libre très rapidement! 192 000 \$, garage et piscine hors terre.



ARVIDA - 1793 de la Prairie

Disponible rapidement! Maison en rangée (bout), 3 chambres, près de l'école anglaise 208 000 \$.



LAC KENOAGAMI - 3446 ch. de la Baie

Maison unifamiliale, 3 chambres, superbe intérieur au bord de l'eau. Accès au lac Kénogami, garage double, grand terrain de 45 000 p.c. 264 000 \$



Hélène Gagnon
Courtier immobilier
Cell: 418-540-3459



Gisèle Julien
Courtier immobilier
agrée DA
Cell: 418-540-7697

Sutton 2395, rue Saint-Dominique
Jonquière
418-542-7587
Groupe Sutton Accès plus
Agence immobilière

Bagotville cycling team ready for the Grand Defi

The 8th edition of the Grand Defi Pierre Lavoie (enlevez "GDPL") race will take place on June 16. It is a 60-hour, 1000-km bike ride from La Baie to Montreal. The six selected cyclists representing 2 Wing and 3 Wing have been training relentlessly for the past five months.

The big countdown has begun for members of the team: LCol Eric Grandmont (3 EMA), Maj Sylvain St-Gelais (2 ACCU), (enlevez "the") Capt Melanie Jodoin (3 EMA), (enlevez "the") Capt

Helen Gauvin (Div Log), MCpl Déréck Supper (425 Sqn), and Sgt Didier Savard (3 EMA) as substitute.

This year the CFB Bagotville team will be sponsoring the school Fréchette of L'Anse-Saint-Jean.

Team members want to thank the PSP staff and MWO Eric Bergeron for team selection as well as their generous contribution to the team's race preparation. They also appreciate the work of WO Sylvain Robert: a coach, friend, and mentor who was able to pass

on his passion and knowledge of cycling.

Since 2010, the base cyclists have built themselves a solid reputation for their rigorous training, ensuring excellent bike safety conditions and assisting other less experienced cyclists.

Come support and encourage our cyclists as they leave La Baie on June 16th. To see the course and to follow the team's progress live, you can consult website: www.legdpl.com/le-1000-km.

Deux cérémonies en quelques semaines

La 2^e Escadre accueille deux nouveaux membres

Le nouveau commandant du 2^e Escadron expéditionnaire aérien (2 EEA), le lieutenant-colonel Julie Callacott, a succédé au lieutenant-colonel Dan Coutts lors d'une cérémonie de passation de commandement le 6 juin.

« J'ai constaté que le 2^e Escadron est une équipe fière qui a déjà accompli de grandes choses en se concentrant sur sa mission pendant les derniers deux ans. Je suis fière de devenir une partie de l'équipe » a déclaré le lcol Callacott.

Le lcol Callacott revient à Bagotville. Sa première mutation fut à la 3^e Escadre où elle a servi avec fierté à l'Escadron 433, le même

que son père à l'époque. Pendant son affectation à Bagotville, elle s'est vu octroyer plusieurs positions d'abord à l'Escadron 425 puis à la position A2 de la 3^e Escadre ainsi qu'à la 2^e Escadre.

Le commandant sortant du 2 EEA, le lcol Coutts, est muté au Centre de guerre aérospatiale des Forces canadiennes à Trenton, ON.

Quelques semaines plus tôt, l'adjuc Martin Rousseau a succédé à l'adjuc John Rowley au poste d'adjutant-chef de la 2^e Escadre lors d'une cérémonie de passation des pouvoirs tenue le 13 mai.

« Avoir la responsabilité de

préparer, d'entraîner et d'être le fer-de-lance de la capacité expéditionnaire de l'Aviation royale canadienne, des Forces armées canadiennes et par conséquent d'être partie intégrante de la crédibilité nationale et internationale du gouvernement du Canada est une mission qui ne peut jamais échouer » a déclaré l'adjutant-chef Rousseau. « Soyez assurés que vous avez mon dévouement, ma confiance et ma loyauté pour continuer à faire de la 2^e Escadre le fer-de-lance de l'Aviation royale canadienne. »

L'Adjutant-chef Rousseau a été plus récemment le Commandant de l'École de l'Aviation royale canadienne à la BFC Borden. Sa vas-



Le colonel Luc Boucher, commandant de la 2^e Escadre, a remis ses épaulettes au nouvelle adjutant-chef de l'Escadre, l'adjuc Martin Rousseau.

Cette nomination a été la dernière étape officielle officialisant l'établissement de la 2^e Escadre en tant que

formation autonome à Bagotville. Lui et sa conjointe prendront leur retraite au Nouveau-Brunswick.



Le lcol Julie Callacott a succédé au lcol Dan Coutts le 6 juin dernier à la tête du 2^e Escadron expéditionnaire aérien. On les voit ici en compagnie du col Luc Boucher, commandant de la 2^e Escadre, lors de la cérémonie officielle de changement de commandant.



- 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



te expérience de déploiement sera un grand atout pour la 2^e Escadre.

Pour sa part, l'adjutant-chef Rowley quitte la 2^e Escadre après avoir marqué son histoire. En novembre 2015, l'Escadre a annoncé officiellement sa nomination au rang de cadre supérieur.

2 Wing welcomed two new members to its team

Lieutenant-Colonel Julie Callacott became the new Commanding Officer of 2 Air Expeditionary Squadron on June 6.

"I've found that 2 Wing is a proud team that has, over the past two years, realized several accomplishments with a focus on the mission. I am proud to become a part of this team," said LCol Callacott.

She is returning to Bagotville. Her first posting was to 3 Wing where she was proud to serve in 433 Fighter Squadron; the same squadron her father served in. While posted to Bagotville she also held positions with 425 Fighter Squadron, 3 Wing A2 Staff, and 2 Wing.

On May 13, Chief Warrant Officer Martin Rousseau became the new 2 Wing Chief Warrant Officer.

His vast deployment ex-

perience will be a great asset to 2 Wing. His operational tours of duty included support to the 3 Wg MSE (Buffalo N.Y. U.S.A.), STANFORLANT NATO fleet (Onboard HMCS Montréal), various Naval missions, Op Athena as the Canadian Contingent Task Force Fire Marshal in Afghanistan, several operational taskings to the UAE, Afghanistan, Germany, Kuwait and Israel.

"Having the responsibility to prepare, train and be the spearhead of expeditionary capability of the Royal Canadian Air Force and the Canadian Army, and therefore be an integral part of national and international credibility of the Government of Canada is a mission that can never fail," said CWO Rousseau. "Be sure that you have my dedication, trust and loyalty to continue making 2 Wing the spearhead of the RCAF."

Une occasion d'échanger des souvenirs

L'Escadron 439 fête son 75^e anniversaire

C'est dans la camaraderie et la joie de revoir d'anciens collègues que l'Escadron 439 a célébré ses 75 ans les 27 et 28 mai dernier. Plusieurs activités ont été organisées pour l'occasion, dont un tournoi de golf amical et une activité porte ouverte, le tout couronné avec un souper des Tigres dans le hangar de l'Escadron.

Collaboration spéciale
Capt Alain Tanguay
Escadron 439

Les festivités ont été organisées pour satisfaire tous les goûts. Les traditions militaires ont été grandement mises à contribution et les festivités ont commencées avec une rencontre au Mess des officiers pour le traditionnel DMCV « TGIF ». Les retrouvailles furent nombreuses et bien accompagnées de la musique de cinq membres du Jet Stream Band, la formation musicale de l'Aviation royale canadienne.

Sur des airs de jazz et de rock & roll, les Tigres ont prouvé que même après plusieurs années, les souvenirs et les histoires des moments passés ensemble sont restés bien ancrés dans leur mémoire.

Samedi fut une journée très bien remplie d'activités pour toute la famille. Le tout a débuté avec un tournoi de golf amical au Club de golf Port-Alfred. Le colonel honoraire de l'Escadron 439, M. Dany Grimard, son fils Guillaume et un ancien Tigre, René Laforest, ont été couronnés champions de ce tournoi quatre balles, meilleure balle, en remettant une impressionnante carte de sept sous la normale.

En après-midi, le hangar 3 a ouvert ses portes aux visiteurs. Membres de l'Escadron et anciens ont pu admirer les appareils en démonstration. La générosité du 10 EITA a fait en sorte qu'un CF-18 Hornet et un moteur F404, ainsi que son canon, le M61A1 20 mm Vulcan, ornaient le plancher du hangar. Le Musée de la Défense aérienne de Bagotville avait gracieusement

prêté de nombreux artefacts très appréciés de tous, dont un hélicoptère Iroquois (Single Huey) numéro 118106 aux mêmes couleurs Tigres que le Griffon 146439, aussi en vedette dans le hangar.

Bien que les années des avions de chasse au 439 soient loin derrière, les questions furent nom-

breuses autour du CF-18 pour le Capt Tremblay-Verreault pilote de cet appareil.

Tout en savourant un généreux repas pour couronner les festivités, M. Marc-André Valiquette, auteur et éditeur du livre « *Les crocs de la Mort* » *Escadron 439 Tigre à dents de sabre*, a gracieusement donné une présentation



L'auteur Marc-André Valiquette s'est fait un plaisir d'échanger avec les visiteurs et de dédicacer son livre consacré à l'histoire de l'Escadron 439.

439 Squadron 75th anniversary

Among an atmosphere of joy and friendship on May 27th and 28th, 439 Squadron celebrated its 75th anniversary. Many activities were planned to offer something to everyone including a friendly golf tournament, an open house visit and, to top it all off, a Tiger stand-up dinner in the squadron's hangar.

To kick off the festivities, 439 Sqn stuck to military tradition by hosting a traditional TGIF at the Officer's Mess. Saturday was filled with many activities for the whole family. It all started with a friendly golf tournament at the Port Alfred Golf Club. (Enlevez "We have to admit that") Honorary Colonel Dany Grimard, his son Guillaume, and ex-Tiger René Laforest won the four-ball best-ball tournament with an impressive seven under par.

In the afternoon, Hangar 3 was host to an open house to everyone's delight. Although the days of being a tactical fighter squadron are far behind 439, there were plenty of questions for current CF-18 pilot Capt Sebastien Tremblay-Verreault.

While enjoying a savoury dinner to cap off the festivities, Mr. Marc-André Valiquette, author and editor of the book "Fangs of Death 439 Sabre-toothed Tiger Squadron" graciously gave a presentation on his book, which highlights events since the squadrons' inception in 1941. A glorious history, proud members and veterans, and a thunderous atmosphere during two days, it is undeniable that the memories and achievements of 439 Squadron, past and present, will have a lasting effect on all those who have served.



PHOTO : IMAGERIE MAT1 ROY

Les membres (actuels et anciens) de l'Escadron 439 ont profité de la journée porte ouverte du 28 mai pour se rencontrer et échanger des souvenirs dans le cadre des festivités soulignant le 75^e anniversaire de l'Escadron.

sur son livre relatant l'histoire de l'Escadron 439 depuis 1941. Un historique glorieux, des membres actuels et d'anciens membres fiers, une bonne ambiance

pendant deux jours, ceux qui ont pris part à ces festivités demeureront des Tigres dans leur cœur jusqu'à la fin de leurs jours.

ON LIQUIDE L'INVENTAIRE!

ÉCONOMISEZ 10% ET PLUS DE RABAIS

SUR TOUS LES MAGS EN INVENTAIRES

APPELEZ MAINTENANT 418 696-0597

PAYSAN

PIÈCES D'AUTO USAGÉES, NEUVES ET DE PERFORMANCE

IMBATTABLE!

Une nouvelle exposition pour la saison 2016

L'ACTUALITÉ EN Survolo



PHOTO : IMAGERIE MATC PICARD

RAFALES

Quatre Rafales et un C-135, huit pilotes et une trentaine de techniciens d'aéronefs de l'Armée de l'air française se sont arrêtés à la BFC Bagotville le 8 juin.

Les aéronefs et le personnel de soutien se dirigeaient vers la BFC Cold Lake afin de participer à l'exercice Maple Flag.



ENTRAÎNEMENT EXTÉRIEUR

L'équipe PSP du centre récréatif rappelle aux membres que les installations extérieures sont désormais toutes accessibles pour profiter du soleil et se garder en forme à l'extérieur cet été. En plus des différents terrains de sports, les deux pistes et le gym extérieur attend les sportifs jusqu'à l'automne.



COLLECTE DE SANG

La collecte de sang tenue le 18 mai dernier à Bagotville a reçu 129 donneurs dépassant ainsi l'objectif de 100 dons que s'était fixé Héma-Québec. Merci à tous les bénévoles et aux donneurs.



PHOTO : IMAGERIE MAT1 ROY

MUSI-BOUFFE

Plus de 250 personnes ont pris part à l'événement Musi-Bouffe tenu au gymnase du centre communautaire de la base le 26 mai dernier. Les 25 musiciens du groupe musical de l'ARC, le Jet Stream Band, ont ravi jeunes et moins jeunes.

Le public a particulièrement apprécié la formule décontractée de l'événement offert gratuitement grâce à la contribution du Fonds de la Base.

A division of CFMWS
Une division des SBMFC

CANADA'S MILITARY STORE
LE MAGASIN MILITAIRE DU CANADA

01 MAY - 30 JUNE
/01 MAI - 30 JUIN 2016

CANEX NO INTEREST CREDIT PLAN

**DON'T PAY
EVENT!**

Plus no money down not even the taxes *OAC

PLAN DE CRÉDIT SANS INTÉRÊT DE CANEX

**ÉVÉNEMENT
NE PAYEZ RIEN!**

Ne versez aucun acompte, même pas les taxes *S.A.C.

**NOW ON
EN COURS**

Budget[®]

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

418 545-4444
1 800 223-5292

Accumulez des miles de récompenses Air Miles[®]

**ENTREPÔTS
SECUR**

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

2353, boulevard du Royaume, Jonquière

Opéré par **NOLICAM**

418 699-0920

nolicamlocation.com

PROGRAMMATION **SPORTS ET LOISIRS** **Été** **2016**

Accès à la plage

Endroit	Activité	Prix régulier	Tarification PSL
Accès à la plage			
Camping Jonquière (418) 542-0176	Adulte	5 \$	Gratuit avec carte PSL OBLIGATOIRE
	Enfant 5 à 14 ans	2 \$	
	Famille 2 adultes et 2 enfants	12 \$	

Randonnée et vélo de montagne

Endroit	Activité	Prix régulier	Tarification PSL
Randonnée pédestre et vélo de montagne 7 km			
Bec Scie (418) 697-5132	Adulte 18 ans & + :	3,50 \$	2 \$
	Étudiant 6 – 17 ans :	2,55 \$	1 \$
	Enfant 5 ans & - :	Gratuit	Gratuit

Croisières et détente

Endroit	Activité	Prix régulier	Tarification PSL
Croisière La Baie (418) 543-7630 1-800-363-7248	Départ de La Baie Retour à La Baie Du 1 juillet au 2 septembre BATEAU LA MARJOLAINE Départ 10 h - Escalade à Ste-Rose de 11 h 30 à 13 h Retour 17 h 30		
	Adulte 15 ans & + :	71,98 \$	53,01 \$
	Enfants 6 à 14 ans :	38,64 \$	20,01 \$

Croisière Ste-Rose (418) 543-7630 1-800-363-7248	Départ de Ste-Rose Retour à Ste-Rose Départ 13 h direction Cap Trinité retour 16 h		
	Adulte 15 ans & + :	67,39 \$	50 \$
	Enfant 6 à 14 ans :	36,34 \$	18 \$

Croisière L'Anse-St-Jean (418) 543-7630 1-800-363-7248	Départ L'Anse-St-Jean Retour L'Anse-St-Jean Du 1 juillet au 2 septembre Départ 9 h direction Rivière-Éternité, retour 12 h Départ 13 h direction Cap Trinité, retour 14 h 30		
	Adulte 15 ans & + :	67,39 \$	50 \$
	Enfant 14 ans & - :	36,34 \$	18 \$

Location d'embarcation

Endroit	Activité	Prix régulier	Tarification PSL
Parc Rivière-du-Moulin (418) 698-3235	Location d'embarcation pour promenade sur la rivière (1 heure) : kayak, canot, pédalo	POUR LES PASSES ANNUELLES Carte Accès Saguenay obligatoire. Disponible dans les bibliothèques de Saguenay. Gratuite pour résidents. NON-RÉSIDENTS : 24 \$ / 2ans	
	Kayak, canot, pédalo :	8 \$	4 \$
	Passe annuelle Adulte :	30 \$	15 \$
	Passe annuelle Enfant :	20 \$	8 \$

Aventuriers et cascadeurs

Endroit	Activité	Prix régulier	Tarification PSL
Saguenay karting Chicoutimi 418-693-3334	10 minutes:	26 \$	19,01 \$
	15 minutes:	32 \$	24 \$
	Enfant 15 ans et – / course 15 min.:	20 \$	10,01 \$
	Demi-journée:	35 \$	25 \$

Saguenay paintball
Chicoutimi
418-693-3334

À mentionner lors de la réservation :
Site extérieur : 4 heures de jeu ou
site Intérieur : 3 heures de jeu

Saguenay Mini-golf Extreme SPK Chicoutimi 418-693-3334	NOUVEAU POUR L'ÉTÉ 2016 <i>Un mini-golf qui se joue dans le noir!</i>		
	13 ans et + 12 ans et -	À venir	À Venir

Parc aventure, Cap-Jaseux 418-674-9114 1-888-674-9114	Fjord en arbre Circuit junior/adulte		
	Adulte 18 ans & + (1m80):	46,85 \$	35 \$
	Junior 8 - 17 ans (1m80) : Parcours jaune pour les enfant 8 ans & + (1m40) :	39,38 \$ 20,69 \$	25 \$ 10,01 \$

Parc Aventure, Cap Jaseux 418-674-9114 1-888-674-9114	Fjord en arbre extrême	<i>Retour en tyrolienne non inclus Supplément de 14,65 \$</i>	
	Adulte 18 ans & + :	54,04 \$	42 \$
	Junior 12 - 17 ans (1m80) :	46,28 \$	32 \$

Parc Aventure, Cap Jaseux 418-674-9114 1-888-674-9114	Via Ferrata		
	Adulte 18 ans & + :	46,85 \$	35 \$
	Junior 8 - 17 ans (1m50) :	39,38 \$	25 \$

La Martingale St-Honoré (418) 673-3956	Équitation		
	1 heure :	25 \$	15 \$
	1,5 heure :	35 \$	25 \$

Loisirs enfants / famille

Endroit	Activité	Prix régulier	Tarification PSL
Savana Centre d'amusement 418-696-1111	0 à 11 mois:	Gratuit	Gratuit
	12 à 35 mois:	6,90 \$	3 \$
	3 à 14 ans:	13,80 \$	8 \$
	Accompagnateur 15 ans +:	4,60 \$	3 \$

Mille lieux De la coline 418-698-7000	2 à 8 ans:	16 \$	8 \$
	9 ans et +:	11 \$	5 \$
	Adulte:	6,50 \$	3 \$

Aquafun Hôtel Le Montagnais 418-543-1521	Parc aquatique intérieur Accès général 3 ans et +:	13 \$	6 \$
--	---	-------	------

Activités culturelles et touristiques

Endroit	Activité	Prix régulier	Tarification PSL
Jardin Scullion 1985, rang 7 Ouest L'ascension-de-Notre-Seigneur 1-800-728-5546	www.jardinscullion.com		
	Accès		
	Adulte (17 ans et +) :	22,50 \$	10,01 \$
	Enfant 5 à 16 ans :	11 \$	4 \$
Centre d'observation de la faune, Falaradeau 296, Rang 2 418-673-4728	www.centreobservationfalaradeau.com		
	Accès et visite guidée		
	14 ans et + :	15 \$	11 \$
	2 à 13 ans :	9 \$	6 \$
Zoo de St-Félicien 418-679-0543 1-800-667-5687	Accès quotidien		
	Adulte :	44 \$	32 \$
	Étudiant 15 ans & + :	37,50 \$	26 \$
	Enfant 6 à 14 ans :	30,50 \$	18 \$
Trou de la fée Desbiens 418-346-1242	Enfant 3 à 5 ans :	19 \$	8 \$
	UNE CARTE MAGNÉTIQUE PSL NÉCESSAIRE POUR CHAQUE BILLET PRÉSENTÉ GUICHET		
	Parc seulement		
	Adulte 12 ans & + :	15 \$	7 \$
	Enfant 5 à 11 ans:	9 \$	3 \$
	4 ans & moins :	Gratuit	Gratuit
	Caverne et parc		
	Adulte 12 ans & + :	20 \$	8 \$
	Enfant 5 à 11 ans:	12,50 \$	5 \$
	4 ans & moins :	Gratuit	Gratuit
	Parc & Tyrolienne		
	Adulte 12 ans & + :	35 \$	22 \$
	Enfant 5 à 11 ans (Gr min 1m20):	24 \$	12 \$
	Caverne, Parc & Tyrolienne		
	Adulte 12 ans & + :	40 \$	24 \$
	Enfant 5 à 11 ans (Gr min 1m20):	27,50 \$	12 \$
Village fantôme Val-Jalbert 418-275-3132	Visite du site		
	Adulte 17 ans & + :	31,50 \$	19,01 \$
	Enfant 6 à 16 ans :	16 \$	7 \$
	Enfant 5 ans et moins :	Gratuit	Gratuit
Musée du Fjord La Baie 418-697-5077	Le téléphérique inclus		
	Adulte 18 ans & +	15 \$	7 \$
	Étudiant 6 ans & +	8,50 \$	4 \$
	Enfant 5 ans et moins	Gratuit	Gratuit
Site de la Nouvelle-France St-Félix-D'Otis 418-544-8027	Accès au site seulement		
	Adulte 14 ans & +	À venir	À venir
	Enfant 6 à 13 ans		
	Spectacle équestre	À venir	À venir
La Pulperie Chicoutimi (418) 698-3100	Adulte 14 ans & +		
	Enfant 0 à 13 ans		
	Adulte 18 ans & +	41,50 \$	5 \$
	Étudiant 18 ans & +	10 \$	4 \$
Musée de la Défense aérienne de Bagotville 418-677-7159	Enfant 5 à 17 ans	7 \$	3 \$
	Expositions: Maître du ciel, État d'alerte, À l'aube une Alouette et visite de la base.		
	L'accès au musée est gratuit pour les militaires et leur famille immédiate sur présentation de la CARTE PSL		

Golf

Endroit	Activité	Prix régulier	Tarification PSL
Club de golf Le Ricochet Par 3: (418) 693-8221 Par 4 : (418) 693-8012	Par 3 (petit terrain éclairé) :	12,25 \$	6 \$
	Par 4 (gros terrain)		
	Tous les jours sauf jours fériés :	24,50 \$	15 \$
	Par 4 — jours fériés :	24,50 \$	24,50 \$
	(Payable sur place les jours fériés)		
	Champs de pratique :	9,25 \$	7,75 \$
	Mini-Putt :	5,50 \$	2 \$

The English version of our Summer Activity Program is available at the Sport and Recreation Counter or on Intranet Board

Remboursement passe de saison été 2016

- Droit d'accès aux sentiers de VTT autorisée
- Passe de golf junior

Les rabais varient d'un endroit à l'autre selon les ententes

Pour information: Marie-Ève Thibeault au poste 6521

Quelques règles importantes

Pour profiter des activités du Programme plein air, vous devez posséder la carte Plan Sports & Loisirs (Carte magnétique)

La carte PSL magnétique est la seule carte d'identité pouvant être utilisée pour le programme plein air.

Très important : Carte militaire, carte dépendant CIFM, carte employé civil, ancienne carte PSL plastique, ne seront pas autorisées.

Faites faire votre carte le plus tôt possible.
N'attendez pas à la dernière minute.

Billets en vente

du lundi au vendredi de 10 h 15 à 21 h
les samedi et dimanche de 9 h à 16 h

N.B. Aucun remboursement de billet ou carte de saison ne sera accordé. Le programme s'adresse aux militaires et aux employés civils de la base de Bagotville ainsi qu'à leur famille immédiate: conjoint(te), enfant (moins de 25 ans) vivant à la même adresse civique. Chacun doit posséder sa carte PSL magnétique.

Chaque personne possédant un billet du programme quel que soit l'âge doit présenter sa carte PSL magnétique, à chaque activité offerte dans le cadre du Programme Plein Air Été.

Si vous vous rendez à votre site d'activité et que vous oubliez votre carte PSL magnétique, les gens aux guichets n'accepteront pas les billets à prix réduit que vous leur présenterez pour cette personne.

Veuillez prendre note que les activités offertes ne s'appliquent pas aux journées d'activités et/ou familiales d'unité.

Pour plus d'information :

- Coordonnatrice des Loisirs : Mme Claire Deschênes, au 418-677-4000 poste 7581,
- Comptoir Plan Sports & Loisirs, 418-677-4000 poste 7980.

Vente de garage annuelle du CRFM

De nombreux visiteurs pour profiter de bonnes affaires

Plus de 200 personnes se sont présentées pour profiter de la grande vente de garage annuelle du CRFM de Bagotville tenue dans la matinée du samedi 4 juin dernier, dans le stationnement du Centre communautaire de la base.

Pour une deuxième année consécutive, les membres de l'équipe des loisirs PSP étaient présents pour animer les jeunes. En collaboration avec la Police militaire, l'équipe PSP a aussi organisé un circuit routier

afin de sensibiliser les jeunes à la sécurité en vélo.

De leur côté, les jeunes du Teen Town (la maison des jeunes de Bagotville) ont profité de cet événement pour tenir une activité de financement en vendant de la nourriture aux participants. Le Teen Town remercie d'ailleurs Canex pour sa collaboration.

À la fin de l'activité, plusieurs des articles invendus lors de la vente de garage ont été remis à la Société Saint-Vincent-de-Paul.



Plus de 200 personnes sont passées par la vente de garage annuelle du CRFM pour profiter des aubaines proposées par les vendeurs d'un jour.

Annual MFRC garage sale

Over 200 people were present to enjoy the great annual Bagotville MFRC garage sale held on the morning of Saturday, June 4th, in the parking lot of the community center on base.

For the second consecutive year, members of the PSP Recreation team were present to entertain the young ones. In collaboration with the Military Police, the

PSP team also organized a road course to educate young people about cycling safety.

Teen Town also held their fundraiser by selling food to the crowd. Teen Town would like to thank the Canex for their collaboration.

Several of the unsold items were donated to the St. Vincent de Paul Society.

Journée porte ouverte aux étudiants

Découverte des métiers des FAC

Près de 70 étudiant(e)s et membres du personnel de différents centres de formation professionnelle de la région ont participé à une journée porte ouverte des métiers professionnels et techniques à la BFC Bagotville, le lundi 30 mai dernier.

Organisée par le Centre de recrutement des Forces canadiennes (CRFC) de Chicoutimi et la Base de Bagotville, cette journée a permis d'informer les visiteurs sur les opportunités de carrière au sein des Forces armées canadiennes (FAC) dans des métiers connexes à leur formation professionnelle.

Les visiteurs ont pu, entre autres, échanger avec des militaires qui oeuvrent dans des métiers professionnels et techniques, tout en découvrant leur environnement de travail.

Quatre métiers ont été présentés aux visiteurs lors de cette journée: technicien de véhicules, technicien des matériaux, technicien en approvisionnement et spécialiste en système de communication et d'information.



PHOTO : IMAGERIE MAT1 ROY

Student discover CAF job opportunities

On May 30th, nearly 70 students and staff from various vocational training centers in the region took part in an open house to bring attention to the professional and technical jobs at CFB Bagotville.

Organized by the Canadian Forces Recruiting Centre (CFRC) of Chicoutimi and CFB Bagotville, this day allowed visitors to see what career opportunities the Canadian Armed Forces (CAF)

has available to them in their field of study.

Visitors could, among other things, speak with military members about their jobs while also discovering their work environment.

Four careers were presented to visitors: vehicle technician, materials technician, supply technician and communication and information system specialist.

CLINIQUE DENTAIRE
Elysée

DRE JULIE TREMBLAY DMD

463, RUE DES CHAMPS ÉLYSÉES, CHICOUTIMI (QUÉBEC) G7H 5V7
(418) 690-9613

Our clinic provides bilingual services

POUR VENDRE **POUR ACHETER**

via Capitale Saguenay-Lac-St-Jean
Agence immobilière
1212, boul. Talbot, bur. 204
Chicoutimi (Québec) G7H 4B7
Bur.: 418 543-5511

via Marie-Audrey Girard
Courtier immobilier résidentiel
418-376-4580
www.marieaudreygirard.com
magirard@viacapitale.com

via PROTECTIONS
DYNAMIQUE- INNOVATRICE- PASSIONNÉE
Promotion en vigueur! Informez-vous!

Au tableau d'honneur

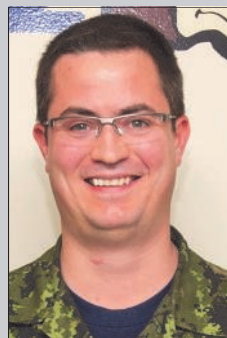
PROMOTIONS



Cplc Brown



Cplc Soucy



Sgt Flynn



Capt Dubeau



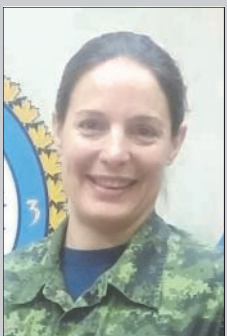
Maj Lawrence



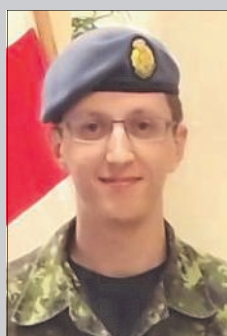
Capt Robert



Lt Gagnon



Lt Desjardins



Lt Marois



Lt Clément



Maj Turcotte-Sorbonne



Cpl Émond



Cplc Auger



Sdt Fournier



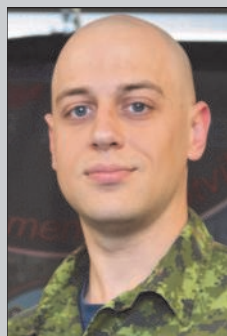
Sdt Plante



Adj Gilbert



Capt Rios-Zimienko



Avr Leblond



Avr Sampson



Avr Vienneau

Service de santé en médecine familiale du CRFM de Bagotville Services réduits pour l'été 2016

Malgré des efforts soutenus afin de recruter de nouveaux médecins, nous tenons à informer les membres de notre communauté que nous ne pouvons plus prendre de nouveaux patients en raison d'un manque d'effectifs prévu à compter du mois de juin 2016. C'est pourquoi les plages horaires de consultations seront très limitées dès le début de la période estivale. Nos médecins, la docteure Véronique Lecomte, la docteure Mildred Casey-Campbell et le docteur Jocelyn Boulanger quitteront définitivement le Service de santé pour relever de nouveaux défis.

Nous suggérons donc aux patients qui n'auront plus de médecin de consulter le **Guichet d'accès à un médecin de famille (GAMF)** (<http://gamf.gouv.qc.ca/>) à compter du 30 juin 2016. Vous y retrouverez les instructions pour vous inscrire au guichet d'accès afin d'être redirigés vers un nouveau médecin de famille.

Pour les consultations non urgentes, nous vous suggérons :

- Info-Santé 8-1-1 ;
- Jonquière Médic (Jonquière seulement) 418 546-2108 ;
- CLSC de votre lieu de résidence ;
- Cliniques sans rendez-vous suivantes :
 - ◇ Clinique médicale des Roitelets (1955, rue des Roitelets, Chicoutimi), 418 973-7733 ;
 - ◇ Clinique Mini-Urgence Chicoutimi (80, rue Racine, Chicoutimi), 418 696-2330 ;
 - ◇ Clinique médicale privée Opti-Soins (2655, boulevard du Royaume, Jonquière) 418 548-7525 poste 0.

La continuité des soins aux patients est importante pour nous et cette situation est bien involontaire de notre part. Nous sommes sincèrement désolés pour les inconvénients. Nous vous aviserons des changements à venir par l'entremise de la page Facebook du CRFM de Bagotville. Merci de votre compréhension,

Isabelle Gauthier
Directrice générale du CRFM de Bagotville

The Bagotville MFRC Family Health Services Reduced Services — Summer 2016

Despite much effort to recruit new doctors, we must inform the members of our community that we can no longer take on new patients because of a lack of personnel foreseen at the beginning of June 2016. This is why medical consultation periods will be very limited at the beginning of the summer. Our physicians Dr. *Véronique Lecomte*, Dr. *Mildred Casey-Campbell*, and Dr. *Jocelyn Boulanger* will be leaving the clinic permanently to take on new challenges.

We thus suggest to patients who will no longer have a physician to register to be added to the **waiting list to find a family doctor at this website** : http://gamf.gouv.qc.ca/index_en.html from June 30, 2016 onward. In it you will find instructions about how to register to be redirected to a new family doctor.

For non-emergency consultations we suggest:

- Info-Santé 8-1-1
- Jonquière Médic (for Jonquière residents only) 418-546-2108
- Your place of residence's CLSC (Local Community Health Centre)
- The Following Walk-In Clinics:
 - ◇ Clinique médicale des Roitelets (1955 Des Roitelets Street, Chicoutimi), 418-973-7733
 - ◇ Clinique Mini-Urgence Chicoutimi (80 Racine Street, Chicoutimi), 418-696-2330
 - ◇ Clinique médicale privée Opti-Soins (2655 Du Royaume Boulevard, Jonquière) 418-548-7525 ex. 0

Continuity of patient care is important to us and this situation is quite unintentional. We sincerely apologize for the inconvenience. We will advise you of future changes on the MFRC Facebook Page.

Sincerely yours,

Isabelle Gauthier, Executive Director of Bagotville MFRC

Réaménagement, nouveaux membres, confirmation, souper et course

Beaucoup d'action au service de l'aumônerie!

Le 5 mai, les aumôniers aidés d'une équipe de la Division logistique ont procédé au réaménagement des bancs et de l'orgue à l'intérieur de la chapelle et une dizaine de bancs ont été remisés.

Un réaménagement qui donne un souffle nouveau aux célébrations en offrant plus d'espace à l'arrière de la chapelle pour accueillir les fidèles qui participent aux célébrations de toutes sortes : baptême, mariage, funérailles et célébrations du dimanche.

Les 11, 12 et 13 mai, la Base a accueilli ses nouveaux aumôniers pour une rencontre de familiarisation. Six aumôniers se sont réunis afin de rencontrer les différentes chaînes de commandement, visiter la base et échanger avec les gens rencontrés.

Le 15 mai, sept jeunes et adultes ont été confirmés à la chapelle de la Base. Une cé-

lébration très vivante qui a été présidée par le padre Jonathan Lavoie - lequel a été délégué par l'évêque militaire catholique - et animé musicalement par la communauté Myriam.

Le 20 mai, une équipe d'aumôniers en feu a pris part au demi-marathon dans le cadre du Défi de la santé et du mieux-être des FAC. Grâce à la participation du colonel Molstad, l'équipe s'est classée deuxième.

Enfin, le 5 juin, la communauté protestante a organisé un BBQ afin de saluer le départ des militaires et leurs familles mutés à d'autres bases et pour leur souhaiter bonne chance.

Plus de 70 personnes ont pris part à l'événement organisé dans la cour arrière de la chapelle. Félicitations aux organisateurs! Merci à l'équipe de la Division logistique qui a aidé à installer les tentes modulaires.



PHOTO : IMAGERIE MAT1 ROY

Avec l'aide d'une équipe de la Division logistique, les bancs de la chapelle ont été réaménagés afin de faire plus de place pour l'accueil des fidèles.

A lot of action at chaplaincy

On May 5, a team from the logistics division helped the chaplains reorganize the Base Chapel, with benches and the organ being moved and dozens of benches being stored.

This allows a larger space to be available at the back of the chapel for celebrations of all kinds and there is now much more room for baptisms, weddings, funerals and Sunday services.

From M 11-13th, the Base

welcomed its new chaplains for a meet and greet. Six chaplains gathered to meet the different chains of command and to get to know their new surroundings.

On May 15th, seven people, young and old, were confirmed at the base chapel. It was a lively celebration which was presided by the padre Jonathan Lavoie - who has been delegated by the Catholic military bishop. Music for the celebration was pro-

vided by the Myriam community.

Finally, on June 5th, the Protestant community held a BBQ to say farewell to the military members and their families who have been posted out.

Over 70 people attended the event held in the backyard of the chapel. Congratulations to the organizers! Thank you to the logistics division team who helped with set up.



L'équipe de l'aumônerie a fait une tournée de la base au mois de mai. De gauche à droite: capt Jean-Max Destiné, capt Anne Morrisette, maj Stephan Moisan, capt David Dytyynyshyn et capt Nicholas Beauchemin.

INFO-MESS — juin—juillet 2016

*Les activités des mess font relâche jusqu'au mois de septembre.
Au cours de la saison estivale, les Cadets seront en charge des activités
des mess pour le Centre d'instruction d'été des Cadets de Bagotville.*

Bonne saison estivale à tous !

Une recette gagnante!



PHOTO : IMAGERIE MAT1 ROY

L'équipe de la Promotion de la santé a fait préparer la recette proposée par le capt Serge Bertrand afin que tout le personnel de la Base puisse y goûter.

Le 11 mai dernier avait lieu une activité santé au Mess des Officiers dans le cadre du Défi de la santé et du mieux-être des Forces armées canadiennes.

Bien que le Défi et ses tirages se déroulent à l'échelle de toutes les bases du Canada, l'équipe de la Promotion de la santé, à l'aide du soutien financier de la Caisse Desjardins des militaires ainsi qu'à la collaboration des membres du service d'alimentation de la base, s'efforce de motiver ses troupes pendant le défi à l'aide d'activités locales sous les quatre volets du programme Energiser les Forces.

L'activité locale sous le volet Mieux-être nutritionnel visait à faire découvrir une nouvelle recette santé parmi celles proposées par des membres du personnel de la base. Promo-santé a donc demandé au personnel du service d'alimentation de préparer la recette gagnante du concours qui a eu lieu lors du Mois de la nutrition 2016.

Le capitaine Serge Bertrand est l'heureux gagnant de ce concours avec une recette « empruntée » à sa conjointe (avec sa permission, bien sûr!). Tous les convives de ce dîner ont pu savourer une

portion de la délicieuse salade de fenouil et agrumes, servie en accompagnement au repas commandé de leur choix.

Grâce à la Caisse Desjardins des militaires, tous ceux qui ont essayé la salade ont vu leur nom inscrit pour le tirage d'une sorbetière. L'heureux gagnant de ce concours est l'aviateur Jeffrey McLeod, du 10 EITA.

Une belle activité qui a permis à plusieurs de découvrir le service de repas du midi et a tous de goûter une nouvelle salade parfaite pour l'été qui arrive.

A winning recipe!

On May 11th, as part of nutrition month, a health activity took place at the Officer's Mess for the CAF's Health and Wellness Challenge.

The nutritional wellness activity was open to all personnel on base and the goal was to present a new, healthy recipe into the contest. Promo-Health asked

the foodservice staff to prepare the contest's winning recipe and presented it at the dinner at the Officer's Mess.

Captain Serge Bertrand is the lucky winner of the contest with a recipe "borrowed" from his spouse (with permission, of course!). All the guests at the dinner were able to enjoy a serving of the deli-

cious fennel and citrus salad, served as a side with a meal they had ordered.

Thanks to Caisse Desjardins, everyone who tasted the salad had their names entered into draw to win an ice cream, frozen yogurt and sorbet machine. The winner of this contest was Jeffrey McLeod, aviator at 10 EITA.



Journée internationale de la lenteur Ne rien faire et en être fier!

Le 21 juin, c'est le jour le plus long de l'année. Ainsi, il est permis de croire que vous trouverez du temps pour...ne rien faire! Ou encore, prendre son temps pour faire ce que vous avez à faire.

Initiative québécoise (depuis 2001), la journée de la lenteur s'exprime dans une tendance émergente depuis plusieurs années qui fait l'éloge de la lenteur (*slow food*, *slow sex*, pleine conscience, etc.). Il s'agit, en gros, de prendre le temps de faire chaque chose et d'être conscient, présent, dans chaque moment. Aussi, profiter des petites choses du quotidien que nous faisons souvent par automatisme. Ainsi, lire un livre au soleil, prendre une marche, échanger des blagues, partager un repas, rigoler durant le trajet en voiture...

- La lenteur est bonne pour nous! Voici des exemples :
- Manger plus lentement favorise la perte de poids car le cerveau a le temps de recevoir le signal de satiété et nous amène à moins manger.
- Donner du repos à son cerveau nous rend plus créatif : quand le cerveau a des moments d'arrêt, il est ensuite plus productif.
- Prendre son temps donne plus de plaisir : En prenant le temps de faire chaque geste consciemment et en s'obligeant à être présent dans chaque moment, nous récoltons plein de petits bonheurs dans notre journée, ce qui augmente notre indice de plaisir.

Pour honorer la journée de la lenteur, le 21 juin prochain, la Promotion de la santé vous offre deux formations :

- **Techniques de relaxation de 9 h à 12 h**
- **Gestion du stress de 13 h à 16 h**

Respirez, relaxez, profitez!

Sources :
www.journeedelalenteur.com et www.huffingtonpost.fr

CALENDRIER DES ACTIVITÉS juin — juillet 2016 PROMOTION DE LA SANTÉ

Bienvenue aux familles! Ateliers gratuits!

Force mentale et sensibilisation au suicide
8 juin de 8 h à 16 h

Lecture des étiquettes
10 juin de 8 h à 10 h

Serveur d'alcool
15 juin de 13 h à 15 h

Manger santé au restaurant
17 juin de 8 h à 10 h

Techniques de relaxation
21 juin (Journée internationale de la lenteur...)
de 9 h à 12 h

Gestion du stress
21 juin (Journée internationale de la lenteur...)
de 13 h à 16 h

All our workshops are available in English upon request (Minimum of 6 participants)

Pour information, communiquez avec nous au
418 677-4000
poste 7102

Course de Bagotville

Près de 500 personnes sur le fil de départ

Le 20 mai dernier, près de 500 membres de la BFC Bagotville se sont réunis devant le centre récréatif de la base afin de participer à l'une des trois activités proposées par l'équipe PSP dans le cadre de la Course de Bagotville. Pour cette édition, les militaires et leur famille avaient le choix entre la marche ou la course sur 5 et 10 km ou encore le demi-marathon à relais en équipe.

Avec la participation du commandant, le soleil, et la bonne humeur des participants, l'événement fut un

succès. L'objectif premier de cette activité était de promouvoir de saines habitudes de vie, de favoriser la cohésion d'équipe et d'offrir des activités qui permettent aux membres et à leur famille d'être réunis. Plusieurs se sont présentés accompagnés de leur conjoint et de leurs enfants.

Pour cette deuxième édition du demi-marathon à relais, le taux de participation a triplé par rapport aux précédentes éditions. En tout, douze équipes de quatre personnes se sont inscrites. Les coureurs ont donné leur maximum, ils



PHOTO : IMAGERIE MATC PICARD

Plus de 500 membres de la communauté militaire ont pris part à l'une ou l'autre des trois épreuves proposées dans le cadre de la Course de Bagotville le 20 mai dernier.

ont démontré un esprit sportif exceptionnel et surtout, ont fait preuve de beaucoup de détermination, car au total chacun devait parcourir 7,5 km. De plus, le temps de l'an passé a été battu d'une seconde.

L'équipe gagnante était formée de l'adj René Lanteigne, du cpl Steve Tremblay, du capt Mathieu Côté-Tremblay et cpl Hélène Piquette. Il ont complété le parcours de 30 km en 1 h 33.

En deuxième position, l'équipe des aumôniers, portant fièrement un chandail indiquant : « Je suis le bon Berger... suivez-moi ! » Composée du col Darcy Molstad, du maj Stéphane Moisan, du capt

David Dytnynsyn et du capt Nicolas Beauchemin l'Équipe a fini avec un temps de 1 h 38.

Pour compléter le podium, en troisième position, l'équipe du NCSM Champlain composée de l'ens2 Kevin Perron, du mat1 Marie-Pier Gobeil, du mat1 Sébastien Bolduc et du mat3 Patrick Kennedy, a terminé la course en 1 h 39.

Le commandant de la BFC Bagotville, le colonel Molstad, a tenu à souligner les efforts de tous les participants. « Quelle belle journée nous avons eue pour marcher et courir ! Félicitations à tous et à toutes, vous avez été près de 500 à prendre le départ. Bravo également à ceux qui ont

réalisé leurs objectifs. Pour faire honneur à l'adage populaire *Un esprit sain dans un corps sain*, une devise importante et qui nous anime dans les Forces armées canadiennes, je souhaite tous vous revoir l'an prochain et même, pourquoi pas..., battre un record de participation ! », a lancé le col Molstad.

Toute l'équipe PSP a aussi tenu à remercier tous les participants. « Nous vous encourageons à maintenir de saines habitudes de vie, à bouger en famille et à inciter vos collègues à participer aux activités proposées à la BFC Bagotville », a pour sa part lancé Claudie Descoteaux, coordonnatrice du conditionnement physique.



Les membres de l'équipe de l'aumônerie étaient particulièrement fiers de la deuxième position remportée lors du demi-marathon. De gauche à droite: capt Nicolas Beauchemin, maj Stéphane Moisan, capt David Dytnynsyn et le col Darcy Molstad qui s'était joint à l'équipe, ce qui a sûrement contribué à cette deuxième place!

More than 500 active members

On May 20th, nearly 500 members from CFB Bagotville gathered in front of the recreation center on base to participate in one of three activities offered by the PSP team as part of the Commander's Race. For this edition, the military and their families had the choice of walking or running a 5km or 10km distance, or doing a half marathon team relay.

Thanks to the participation of the commander, the shining sun and the participant's great attitudes, the event was a success. The primary objective of this activity was to promote healthy lifestyles, promote team cohesion and to provide activities that allow members and their families to spend time together. Many showed up accompanied by their spouses and their children.

The participation rate has tripled compared to last year for the relay half marathon. In all, twelve teams comprised of four people registered.

The winning team consisted of WO René Lanteigne, Cpl

Steve Tremblay, Capt Mathieu Côté-Tremblay and Cpl Helen Piquette. They completed the 30 km course in a stellar 1 hour 33 minutes.

Although he had to settle for second place, the commander of CFB Bagotville, Colonel Molstad, wanted to acknowledge the efforts of all participants. "What great weather we had for this race! Congratulations to all, you were almost 500 people to start the race. Congratulations also to those who have achieved their goals. To honor the popular adage 'A healthy mind in a healthy body', an important motto that motivates us in the Canadian Armed Forces. I hope to see you all next year and hey why not ... let's beat a participation record!" Col. Molstad declared.

The PSP team also thanked all participants. "We encourage you to maintain a healthy lifestyle; keeping active with your families and help encourage your colleagues to participate in the proposed activities at CFB Bagotville," said Claudie Descoteaux, Fitness Coordinator.



Calendrier des activités du CRFM de Bagotville
MFRC Bagotville Calendar of Events



juin — juillet 2016

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.
Profitez des vacances en famille!				9 Parents-enfants: cardio-poussette Teen Town: activités libres	10 Aucun service de grade au CRFM Teen Town: activités libres	11 Teen Town: On magasine le matériel nécessaire pour la fabrication de la table de salon (13 h à 16 h) et activités libres de 18 h à 21 h
12	13 Parents-enfants: jeux libres	14 Parents-enfants: jeux libres	15 Parents-enfants : dernière journée : brunch Teen Town: activités libres	16 Soirée des conjointes et conjoints: BBQ Teen Town: sports PSP	17 Journée pédagogique Course du commandant	18 Teen Town: Saguenay paintball karting avec PSP de 13 h à 16 h et activités libre de 18 h à 21 h
19	20	21	22 Fin des cours à l'école Riverside Teen Town: On va marcher dans le quartier	23 Fin des cours à la CS des Rives-du-Saguenay Teen Town: activités libres	24 CRFM fermé: Fête nationale du Québec	25 Teen Town: On fabrique la table de salon (13 h à 16 h) et activités libres de 18 h à 21 h
26	27	28	29 Teen Town: On peint la table de salon	30 Teen Town: activités libres	1 juillet CRFM fermé : Fête du Canada	2 Teen Town: à confirmer
3	4 Début du Parents-enfants: bricolage ou parc	5	6 Sortie chez O'Gelato et Cacao à La Baie à 13 h Parents-enfants : gymnase	7 Teen Town: à confirmer	8 Teen Town: à confirmer	9 Teen Town: à confirmer
10	11	12	13 Parents-enfants: gymnase	14 Teen Town: à confirmer		

Sponsorship Program and Home Welcome Visits

For more information you may reach Elisabeth Gill, Integration and Community Development Officer, by phone at 418-677-7468, by email Elisabeth.Gill@forces.gc.ca, or in person at the MFRC.



Programme de parrainage et visites d'accueil aux familles

Pour obtenir de plus amples informations à ce sujet, communiquez avec Elisabeth Gill, agente d'intégration et de développement communautaire, au 418 677-7468, à Elisabeth.Gill@forces.gc.ca ou en personne au CRFM.



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

VOTRE COURAGE NOUS POUSSE VERS L'AVANT. LAISSEZ-NOUS VOUS REMERCIER.

La puissance des rêves incite Honda à innover et à créer. Ces rêves ne pourraient se concrétiser sans votre dévouement et votre sacrifice quotidiens pour le Canada et ses citoyens. Pour exprimer notre gratitude, nous offrons aux membres actifs et retraités des Forces armées canadiennes un rabais de 500 \$* sur tous nos modèles 2016.



Rabais
de

500 \$*

sur tous les modèles Honda 2016

**OFFRE DE RECONNAISSANCE
AUX FORCES CANADIENNES**

* Un rabais après taxes de 500 \$ est disponible pour utilisation personnelle et non commerciale uniquement aux membres actifs, actifs ou retraités des Forces armées canadiennes, à un employé actuel du ministère de la Défense nationale ou à un membre actuel du Programme de reconnaissance des FC (codes de cartes de membre : FC, V, D). Les cartes suivantes serviront de preuve valide d'identification et sont requises pour le remboursement : FC Un (code : FC, V, D), NDI 10 – Carte d'identité temporaire, NDI 20 – Carte d'identité permanente ou NDI 75 – Carte d'états de service. L'offre se limite à tout véhicule Honda 2016 neuf et jamais enregistré (les véhicules de démonstration sont acceptés) qui est un achat comptant ou une location ou un financement par l'intermédiaire des Services Financiers Honda (SFH), sur approbation de crédit. L'offre est valide jusqu'au 31 décembre 2016. L'offre peut être combinée aux programmes de fidélisation existants et appliqué à un achat d'un véhicule Honda qualifié par année civile. L'offre peut être transférée à tout membre au sein d'un ménage. Aucune valeur au comptant. L'offre ne peut pas s'appliquer à une transaction antérieure. L'offre est sujette à modification ou à annulation sans préavis. Valable au Canada seulement chez les concessionnaires Honda participants. Communiquez avec votre concessionnaire Honda pour obtenir tous les détails.