



VORTEX

Bagotville



Bagotville participe à NOBLE DEFENDER Bagotville participates in NOBLE DEFENDER



pages 2 et 3

PHOTO : Nunatsiq News

- Investissement majeur dans le Nord canadien / Major investment in Canadian North...* **page 5**
- Changement majeur au programme de rabais / Major change in the Discount Program...* **page 7**
- Journée internationale de la femme à Bagotville / International Women's Day in Bagotville...* **page 15**



**VITRES+
ACCESSOIRES**

Garage Jean-Pierre Tremblay

418 545-4455 | 1737 boul. Talbot, Chicoutimi

Les spécialistes du pare-brise !

Remplacement | Réparation | Assurance



Les participants à l'opération NOBLE DEFENDER

PHOTO : COURTOISIE—US AIR FORCE—SGT RUANO



Les militaires du Canada et des États-Unis déployés au Groenland pour NOBLE DEFENDER posent ici à la base de Pituffik. / Canadian and U.S. military personnel deployed to Greenland for NOBLE DEFENDER pose here at the Pituffik base.

Avec quelques jours de retard en raison des conditions météo extrêmes dans le Grand Nord canadien, le personnel de la 3^e Escadre déployé dans l'Arctique pour l'opération NOBLE DEFENDER était de retour à Bagotville le 19 février dernier.

Un peu plus de 25 militaires de Bagotville ont pris part à l'opération NOBLE DEFENDER, une opération de défense aérienne du Commandement de la défense aérospatiale de l'Amérique du Nord (NORAD). Il s'agit d'une opération qui se déroule à intervalles planifiés et qui

s'appuie sur la coopération de longue date entre les États-Unis, le Canada et le Royaume du Danemark.

Collaboration spéciale
Capt Dominic Ménard
3 ESO

NOBLE DEFENDER vise à

démontrer la capacité du NORAD à sécuriser l'espace aérien nord-américain contre les menaces actuelles et futures, ainsi qu'à maintenir la logistique, l'équipement et la préparation du personnel nécessaire pour conduire des missions dans des environnements divers et exigeants.

Dans le cadre de la plus récente édition de l'opération, qui s'est déroulée entre le 28 janvier et le 11 février 2025, du personnel de différentes unités de la 3^e Escadre a été déployé à plusieurs endroits dans le Grand Nord canadien ainsi qu'à la base américaine Pituffik Space Base au Groenland.

D'abord, le caporal Jonathan Lalonde-Laframboise, opérateur de contrôle aérospatial au 3 ESO, s'est rendu à Pituffik pour assister les troupes américaines et danoises dans la mission. Le caporal Lalonde-Laframboise a contribué à la coordination entre les nombreuses composantes de l'opération, notamment entre la Région canadienne du NORAD, les F-16 américains et les CF-18 de Bagotville qui ont participé à des patrouilles pour l'opération.

En soutien aux opérations à Pituffik, un détachement composé de membres de la 3^e Escadre a aussi été envoyé à Iqaluit, au Nunavut, afin de s'assurer que l'emplacement d'opérations avancées (EOA) Iqaluit soit prêt à recevoir les avions de chasse affectés au NORAD si nécessaire. Ce détachement de quinze membres des Forces armées canadiennes a été rejoint par neuf membres de la US Air Force. Ensemble,

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. *The Vortex is an unofficial newspaper, authorized and published monthly with the permission of the Commander of Canadian Forces Base Bagotville. The opinions and views expressed are not necessarily those of the Minister of National Defense, the Commander of CFB Bagotville or the newspaper team.*

Éditeur / Editor
Lcol Peter Williams (BFC/CFB Bagotville)

Édition, rédaction, publicité
Edition, Redaction, Publicity
Brin d'com (Eric Gagnon)
418-306-2592
brindcom@royaume.com

Affaires publiques BFC Bagotville / CFB Public Affairs
418-677-7277 ou 418-677-4145

Gestionnaire PSP Manager
Annie Côté 677-4000 (poste 4180)

Le Vortex est publié le second jeudi de chaque mois disponible en version numérique au
Le Vortex is published on the second Thursday of each month available in digital version at
www.vortexbagotville.com
au www.facebook.com/VortexBagotville
et sur pressreader.com

Prochaine publication / Next Publication
10 avril 2025 / April 10

Date de tombée pour la prochaine édition /
Deadline for next edition
Mardi 1 avril / Tuesday April 1



Vente et installation de pneus
Mécanique générale
Accessoires pour autos et camions
For English speaking advisor ask for Guy Choinière

IL EST TEMPS DE
MAGASINEZ VOS
PNEUS D'ÉTÉ...

ENEZ NOUS VOIR!

Toutes les grandes marques de pneus
Grande sélection de jantes (Roues et Mags)

ASTUCE DE PRO...

La vérification de l'alignement automobile consiste à regarder si vos roues sont bien parallèles entre elles et perpendiculaires au sol. Cet ajustement a pour but de prévenir la friction excessive ou l'usure prématurée des pneus, de la direction et de la suspension.

PRENEZ RENDEZ-VOUS POUR UNE VÉRIFICATION! 39⁹⁵\$
+TAXES

Prenez rendez-vous aujourd'hui

418-544-4455

2460, rue Bagot
La Baie
/garagesplabaie

dans l'Arctique sont de retour à Bagotville

PHOTO : DND — CAPT DUBE



Les conditions peuvent parfois devenir extrêmes à la base de Pituffik au Groenland située à un peu plus de 1 500 km du pôle Nord. / Conditions can sometimes become extreme at the Pituffik base in Greenland, located just over 1,500 km from the North Pole.

ils ont installé et certifié les câbles d'arrêts nécessaires pour des opérations avec des avions de chasse, en plus de procéder aux activités de maintenance sur les véhicules et équipements cruciaux au fonctionnement de l'EOA.

Finalement, six membres du 12^e Radar (12ER) et deux membres du 21^e Escadron de contrôle et d'alerte (21 ECAA) se sont rendus à la Station des Forces canadiennes d'Alert, au Nunavut,

afin de soutenir eux aussi la mission principale à Pituffik.

À partir de cette base, qui est le lieu habité le plus au nord de la planète, ils ont mis en place un centre de contrôle et de communication afin de servir de relais entre les F-16, les E-3 Sentry américains et le Centre de commandement principal situé à North Bay, en Ontario. Sans cette capacité essentielle, les communications aussi loin au nord du globe sont extrêmement limitées.

Les membres de la 3^e Escadre déployés pour l'opération NOBLE DEFENDER ont contri-

bué à son succès, démontrant la capacité des troupes liées au NORAD d'opérer dans des

conditions hivernales difficiles et de défendre l'espace aérien nord-américain.

NOBLE DEFENDER participants are back

A few days late due to extreme weather conditions in Canada's Far North, 3 Wing personnel deployed to the Arctic for Operation NOBLE DEFENDER returned to Bagotville on February 19.

Just over 25 Bagotville personnel took part in Operation NOBLE DEFENDER, a North American Aerospace Defense Command (NORAD) air defense operation. This operation takes place at planned intervals and builds on the long-standing cooperation between the United States, Canada, and the Kingdom of Denmark.

NOBLE DEFENDER aims to demonstrate NORAD's ability to defend the approaches to North America against current and future threats, as well as to maintain the logistics, equipment, and personnel readiness necessary to conduct missions in diverse and demanding environments. As part of the most recent iteration of the operation, which took place between January 28 and

February 11, 2025, personnel from various 3 Wing units were deployed to several sites in Canada's Far North, as well as to the American Pituffik Space Base in Greenland.

First, Corporal Jonathan Lalonde-Laframboise, an aerospace control operator at 3 ESO, traveled to Pituffik to assist American and Danish troops in the mission. Corporal Lalonde-Laframboise contributed to coordination between the operation's many components, including the Canadian NORAD Region, the American F-16s, and the CF-18s from Bagotville, which participated in patrols for the operation.

In support of operations at Pituffik, a detachment of 3 Wing members was also deployed to Iqaluit, Nunavut, to ensure that Forward Operating Location (FOL) Iqaluit was ready to receive NORAD fighter aircraft if required. This detachment of fifteen Canadian Armed Forces members was joined by nine members of the U.S. Air Force. Together, they in-

stalled and certified the arresting cables required for fighter aircraft operations, in addition to performing maintenance on vehicles and equipment critical to the FOL's operation.

Finally, six members of 12 Radar Squadron and two members of 21 Control and Warning Squadron traveled to Canadian Forces Station Alert, Nunavut, to also support the primary mission at Pituffik. From this base, the northernmost populated place on Earth, they established a control and communications center to act as a relay between the F-16s and American E-3 Sentrys and the main command center in North Bay, Ontario. Without this essential capability, communications this far north are extremely limited.

The members of 3 Wing deployed for Operation NOBLE DEFENDER contributed to its success, demonstrating the ability of NORAD-affiliated troops to operate in harsh winter conditions and defend North American airspace.



CHECK TON DÉMÉNAGEMENT
TICK THE RELOCATION BOX

Deux dates :
- 20 mars 2025
- 29 mai 2025

Two dates:
- March 20, 2025
- May 29, 2025

Plusieurs partenaires clés seront sur place!
Many partners will be present!

INSCRIPTION
REGISTRATION



Suivez la page Facebook d'information de la BFC Bagotville
Follow the CFB Bagotville Facebook information page



Mot de l'adjutant-chef

2^e Escadre

Inclusion, responsabilité et héritage militaire

Si nous devons attribuer un thème au mois de février, « inclusion » serait sans doute le terme le plus juste. Nous avons célébré avec grande fierté le Mois de l'histoire des Noirs, l'événement commémoratif de la Journée internationale des femmes à Bagotville, ainsi que la Journée internationale des personnes en situation de handicap.



Par **adjuc Hugo Prud'Homme**
Adjutant-chef de la
2^e Escadre Bagotville

Aujourd'hui plus que jamais, le principe éthique fondamental des Forces armées canadiennes – le respect de la dignité de chaque personne – doit être mis en avant et appliqué dans toutes les situations, tant au pays qu'à l'étranger. Dans un contexte mondial où les droits humains sont souvent menacés, il est essentiel de se rappeler que nous sommes une force morale, agissant pour le bien.

Le mois de mars est l'occasion de mettre en lumière un sujet qui me tient particulièrement à cœur : la responsabilité. Cette valeur essentielle fait partie des six valeurs militaires. Un militaire responsable assume pleinement ses actes, protège ce qui lui est confié et encourage les autres à en faire autant. Il n'hésite pas à questionner ou à corriger respectueusement ses pairs, y compris ses supérieurs, dans un esprit de bienveillance et d'amélioration collective.

Restons toujours responsables de nos actions, en cultivant cette maturité honorable dans nos gestes quotidiens, au travail comme dans nos vies personnelles. N'oublions pas que nous jouons un grand rôle au sein de la société canadienne et que nous servons avec honneur, au-delà d'une simple rémunération.

En ce moment, l'organisation de la Force opérationnelle aérienne pour le sommet du G7 en Alberta (Opération CADENCE), à laquelle la 2^e Escadre participe, va bon train. À moins de 100 jours de cette mission cruciale, tous les regards sont tournés vers nous. Grâce à notre professionnalisme et à notre engagement, c'est avec succès que nous accomplirons cette tâche monumentale.

Mars marque également la fin des célébrations du 100^e anniversaire de l'Aviation royale canadienne (ARC). Cependant, il est essentiel de continuer à honorer le patrimoine distinctif de l'ARC et à mettre en valeur les talents de nos membres. Votre contribution est indispensable à la sécurité nationale, à la paix internationale et à la stabilité mondiale. Nous continuerons à accomplir des réalisations remarquables, à affirmer notre puissance aérienne, et à honorer fièrement l'héritage unique de l'ARC, tout en soulignant vos contributions exceptionnelles.

Merci à vous, toutes et tous, et continuons dans cette bonne direction!

A word from the CWO

2 Wing

Inclusion, Responsibility and Military Heritage

If we were to give a theme to the month of February, "inclusion" would likely be the most fitting term. We proudly celebrated Black History Month, the International Women's Day event in Bagotville, and International Day of Persons with Disabilities.

Now more than ever, the fundamental ethical principle of the Canadian Armed Forces — respecting the dignity of every individual — must be highlighted and applied in every situation, both at home and abroad. In a global context where human rights are often challenged, we must remember that we are a moral force, acting for the greater good.

The month of March is an opportunity to highlight a subject that is particularly close to my heart: accountability. This essential value is one of the six military values. A responsible service member assumes full responsibility for their actions, protects what is entrusted to them, and encourages others to do the same. They do not hesitate to question or respectfully correct their peers, including their superiors, with a spirit of goodwill and collective improvement.

Let us remain accountable for our actions, maintaining that honorable matur-

ity in our daily conduct, at work and in our personal lives. Let us remember that we play a great role in Canadian society, and that we serve with honor, beyond a paycheck.

Currently, the organization of the Air Task Force, with 2 Wing's involvement, for the G7 Summit in Alberta (Operation CADENCE), is progressing well. With less than 100 days to this no-fail mission, all eyes are on us. With the usual excellence and professionalism we are known for, we will carry out this monumental task.

March also marks the end of the celebrations for the 100th anniversary of the Royal Canadian Air Force (RCAF). However, we must continue to honor the distinctive heritage of the RCAF and highlight the talents of its members. Your contribution is vital to our national security, international peace, and global stability. We will continue to achieve remarkable milestones, assert our air and space power, and proudly honor the unique legacy of the RCAF, while recognizing the exceptional contributions of its members.

Thank you, and let us continue in this positive direction!



COURS DE LANGUES

ANGLAIS ET FRANÇAIS | LANGUE SECONDE

Pour les familles des militaires

LANGUAGE TRAINING

FRENCH AND ENGLISH AS SECOND LANGUAGES

For members of military families

**GRATUIT!
FREE!**



Pour en savoir plus /
To find out more :



Investissement majeur dans le Nord canadien

Le 6 mars dernier, l'honorable Bill Blair, ministre de la Défense nationale, a annoncé qu'Iqaluit, Inuvik et Yellowknife sont les villes choisies pour accueillir les premiers d'une série de plusieurs autres carrefours de soutien opérationnel du Nord.

Ces carrefours permettront d'accroître la présence et la capacité d'intervention des Forces armées canadiennes (FAC) dans l'Arctique et le Nord.

Comme l'indique la mise à jour de la politique de défense du Canada, Notre Nord, fort et libre, le Canada investira 2,67 milliards de dollars sur une période de 20 ans pour établir un réseau de carrefours de soutien opérationnel du Nord. Ces carrefours, qui comprendront des pistes d'atterrissage, des installations logistiques et de l'équipement, permettront aux FAC de mieux affirmer la souveraineté du Canada et de soutenir une plus grande présence militaire à l'année.

Ces carrefours constitueront un réseau dispersé de stations



Le ministre de la Défense nationale, Bill Blair, a fait l'annonce en présence des représentants du gouvernement du territoire et des Premières nations à Iqaluit. / National Defence Minister Bill Blair made the announcement in the presence of territorial government and First Nations representatives in Iqaluit.

logistiques qui élargira la portée opérationnelle des FAC, réduira les contraintes logistiques et améliorera le soutien aux opérations militaires dans l'Arctique.

Cette initiative représente une nouvelle façon d'aborder la défense et le maintien en

puissance dans l'Arctique et le Nord et contribuera à assurer la sécurité de la population canadienne dans un contexte de changements importants de notre environnement physique et de sécurité.

« L'importance stratégique de l'Arctique augmente rapide-

ment. Cette initiative permettra aux Forces armées canadiennes de disposer de l'infrastructure et des capacités nécessaires pour assurer une présence à longueur d'année dans le Nord afin de pouvoir réagir rapidement aux difficultés, dissuader les menaces ou les neutraliser au besoin », a souligné le commandant des Opérations interarmées du Canada, le lgén Steve Boivin.

Le ministère de la Défense nationale et les FAC, ainsi que d'autres partenaires fédéraux, s'emploient activement à trouver d'autres emplacements pour ces carrefours et continueront de travailler en étroite collaboration avec les gouvernements territoriaux et les partenaires autochtones et du Nord dans le cadre d'engagements distincts et délibérés.

Major investment in Canadian North

On March 6, the Honourable Bill Blair, Minister of National Defence, announced that Iqaluit, Inuvik, and Yellowknife have been selected to host the first of several additional Northern Operational Support Hubs.

These hubs will increase the Canadian Armed Forces' (CAF) presence and response capacity in the Arctic and the North.

As outlined in Canada's defence policy update, Our North Strong and Free, Canada will invest \$2.67 billion over 20 years to establish a network of Northern Operational Support Hubs. These hubs, which will include airstrips, logistical facilities,

and equipment, will enable the CAF to better assert Canada's sovereignty and support a greater year-round military presence.

These hubs will form a dispersed network of logistics stations that will expand the CAF's operational reach, reduce logistical constraints, and improve support for military operations in the Arctic.

This initiative represents a new approach to defence and sustainment in the Arctic and the North and will help ensure the safety of Canadians in a context of significant changes to our physical and security environment.

"The strategic importance of the Arctic is rapidly increas-

ing. This initiative will provide the Canadian Armed Forces with the infrastructure and capabilities necessary to maintain a year-round presence in the North so that we can quickly respond to challenges, deter threats, or neutralize them as needed," said Lieutenant-General Steve Boivin, Commander of Canadian Joint Operations.

The Department of National Defence and the CAF, along with other federal partners, are actively working to identify alternative locations for these hubs and will continue to work closely with territorial governments and Indigenous and northern partners through separate and deliberate engagements

SÉANCES D'ENTRAÎNEMENTS / TRAINING SESSION

TRAVAILLEUR BFC BAGOTVILLE SEULEMENT - WORKER CFB BAGOTVILLE ONLY

MISE EN FORCE / GET STRENGTH

** MILITAIRES SEULEMENT - MILITARY MEMBERS ONLY **

Tous les mardis et jeudis 14h30 à 15h30 / Every Tuesday and Thursday 14:30 p.m. to 15:30 p.m.

VÉLO CARDIO / SPINNING

Tous les mardis 7h30 à 8h30 / Every Tuesday 7:30 a.m. to 8:30 a.m.

YEM / SYM

YOGA - ÉTIREMENT - MOBILITÉ / STRETCHING - YOGA - MOBILITY

Tous les vendredis 7h30 à 8h30 / Every Friday 7:30 a.m. to 8:30 a.m.

ENTRAÎNEMENT F.I.T / F.I.T TRAINING

Tous les lundis et mercredis 7h30 à 8h30 / Every Monday and Wednesday 7:30 a.m. to 8:30 a.m.

AUCUNE INSCRIPTION NÉCESSAIRE / NO REGISTRATION NEEDED
Pour plus d'information / for information: p-bvg.pspcondphysique@forces.gc.ca

Vous êtes inquiet-e pour vous ou pour un proche?
Vous êtes endeuillé-e par suicide?

1 866 APPELLE
1 866 277-3553

24h / 24 | 7 jours / 7 | GRATUIT | CONFIDENTIEL

CPS02.ORG

Réparation rapide d'aérodromes : Bagotville en Floride

Il y a quelques semaines, le 801^e Escadron d'entraînement des ingénieurs de réparation opérationnelle lourde à déploiement rapide a accueilli cinq membres de l'Aviation royale canadienne (ARC) provenant du 2^e Escadron de soutien de mission de la 2^e Escadre aux côtés des membres de l'United States Air Force (USAF) pour un cours de réparation rapide des dommages aux aérodromes (RDR) à la base aérienne de Tyndall, en Floride.

Au cours de ces cinq jours, chaque équipe a réparé plusieurs cratères de tailles variées, en utilisant des méthodes adaptées à

s'était amoindrie au fil des décennies. Historiquement, l'ARC maintenait un programme structuré de formation en récupération des dommages aux aérodromes, mais l'évolution des menaces mondiales a conduit à une réallocation des ressources et des priorités de formation.

« Depuis la Guerre froide, l'accent mis sur la réparation des cratères s'est réduit en raison de la nature des conflits auxquels nous avons été confrontés », a expliqué le capitaine Jean-David Roy, officier ingénieur en construction de l'ARC. « Mais aujourd'hui, il est essentiel de revitaliser cette capacité. »

ques, le cours RDR a renforcé l'interopérabilité entre les forces alliées. « Il s'agit avant tout de créer une cohésion », a souligné le sergent-chef Stephen Webb, instructeur Silver Flag de l'USAF. « En nous entraînant ensemble, nous nous assurons que peu importe où nous sommes déployés, nous travaillons ensemble de la même manière et nous apprenons les uns des autres. »

Le personnel de l'ARC a partagé le même sentiment quant à l'importance de cette collaboration. « Le simple fait d'utiliser le même langage, de discu-

ter du même équipement et de partager des techniques permet de nous aligner », a noté le sergent Alexandre Lapierre, technicien en plomberie et chauffage de l'ARC. « À l'avenir, cette collaboration ne pourra qu'être bénéfique. »

Cette coopération a également permis une meilleure compréhension des méthodes de travail propres à chaque pays. Alors que la taille et l'infrastructure avancée de l'USAF permettent des équipes hautement spécialisées et un accès à du matériel de pointe, l'approche de l'ARC est influencée par la taille plus ré-

duite de ses forces et les défis uniques liés à l'exploitation dans les vastes régions isolées du Canada.

Des initiatives conjointes comme ce cours illustrent l'engagement commun envers la préparation opérationnelle, l'innovation et le soutien mutuel, garantissant que l'ARC et l'USAF demeurent des partenaires solides pour la sécurité mondiale.

(NDLR: Ce texte est le condensé traduit d'un article produit par Alexandra Broughton du Bureau de l'ingénierie civile de US Air Force)



Le sgt Alexandre Lapierre du 2 ESO à l'entraînement en Floride le 6 février dernier. / Sgt. Alexandre Lapierre of 2 ESO during the training in Florida on February 6.

différents scénarios. La méthode de réparation par pierre concassée, un procédé hérité de la guerre du Vietnam, consistait à remplir de grands cratères avec des couches compactées de pierre concassée, recouvertes de tapis en polymère renforcé de fibres.

Cette solution temporaire permet environ 100 passages d'aéronefs pour le décollage et l'atterrissage, garantissant ainsi une remise en service rapide des pistes. Une autre méthode enseignée lors du cours impliquait l'utilisation de béton à prise rapide et d'asphalte, permettant des réparations capables de supporter des milliers de passages d'aéronefs.

Pour l'ARC, la participation au cours RDR représentait bien plus qu'une simple occasion de formation – c'était une étape cruciale pour rétablir une capacité qui

Actuellement, l'ARC se spécialise dans la réparation légère des surfaces d'aérodrome, qui vise principalement les éclats et les fissures causés par des dommages non cinétiques ou par de petites munitions telles que les bombettes, les roquettes et les RPG. Cependant, cette capacité de réparation légère ne comprend pas l'équipement lourd nécessaire pour la réparation de cratères.

« C'était précieux de voir de mes propres yeux que ces produits tiennent réellement leurs promesses », a déclaré le sergent Kevin MacNeill, technicien en construction de l'ARC. « J'ai hâte de ramener ces produits spécifiques au Canada, d'explorer leur approvisionnement et de les utiliser dans des situations similaires. »

Au-delà des avancées techni-

Rapid Airfield Repair : Bagotville in Florida

Few weeks ago, the 801st Rapid Engineer Deployable Heavy Operational Repair Squadron Engineer Training Squadron hosted five members of the Royal Canadian Air Force [from 2 Mission Support Squadron of 2 Wing Bagotville] alongside United States Air Force Airmen for an airfield Rapid Damage Repair course at Tyndall Air Force Base, Florida.

Over the course of five days, each team repaired several craters of varying sizes, using methods tailored to different scenarios. Crushed stone repairs, a legacy method dating back to the Vietnam War, involved teams filling large craters with compact layers of crushed stone and capping them with Fiber Reinforced Polymer mats. The method is meant to be a temporary fix, sturdy for approximately 100 aircraft passes to take off and land, but ensures that planes are able to be rapidly back in the air. Another method included in the course was the use of rapid-set concrete and asphalt, allowing repairs to support thousands of aircraft passes.

For the RCAF, participation in the RDR course was more than a simple training opportunity – it was an important step in rebuilding a capability that had diminished over decades. Historically, the RCAF maintained

a deliberate Airfield Damage Recovery training program, but as global threats evolved, resources and training shifted to other priorities.

“Since the Cold War, we’ve seen a reduced focus on crater repair due to the nature of the conflicts we were engaged in,” explained Capt. Jean-David Roy, RCAF Construction Engineer Officer. “But now, there’s a critical need to revitalize this capability.”

Currently, the RCAF trains in Light Airfield Surface Repair. The repair mainly focuses on spalls and cracks from non-kinetic damage, and damage from smaller ordnance like bomblets, rockets, and RPGs. However, the Light Repair capability does not include the heavy equipment necessary to perform crater repair.

“It was valuable to witness firsthand that the product truly performs as promised,” said Sgt. Kevin MacNeill, RCAF Construction Technician. “I’m looking forward to bringing these specific products back to Canada, seeing if we can source them, and using them in similar situations.”

Beyond technical advancements, the RDR course fostered interoperability with allied forces. “This is about building cohesion,” noted Staff Sgt. Stephen Webb, USAF Silver Flag Instructor. “By

training together, we ensure that no matter where we deploy, we’re working with each other and learning the same way, feeding off each other.”

RCAF personnel echoed similar sentiments about the value of collaboration. Sgt. Alexandre Lapierre, RCAF Plumbing and Heating Technician, noted, “Just using the same language, discussing the same equipment, and sharing techniques—that is putting us all on the same page. Looking ahead, I think this collaboration will only bring benefits.”

The collaboration also facilitated a deeper appreciation for how each country operates. While the USAF’s larger size and advanced infrastructure allow for highly specialized teams and access to cutting-edge equipment, the RCAF’s approach is shaped by its smaller force and the unique challenges of operating in Canada’s vast, remote regions.

Joint efforts like the RDR course highlight the shared commitment to readiness, innovation, and mutual support, ensuring that the RCAF and USAF remain strong partners in safeguarding global security.

(Editor's note: This text is a summary of an article produced by Alexandra Broughton of the US Air Force Civil Engineering Office.)

Changement majeur au programme de rabais

Le programme de rabais pour les activités de loisirs et de sports de Bagotville subira une transformation majeure à compter du 1^{er} avril, alors que l'obligation de se procurer des billets à l'avance à la base sera abandonnée.

Par Eric Gagnon
Rédacteur en chef et
éditeur adjoint du Vortex



PHOTO : PARC DU CAP JASEUX

Les rabais seront maintenant accordés directement à des dizaines d'endroits sur présentation de la carte PSL. / *Discounts will now be granted directly at dozens of locations upon presentation of the PSL card.*

À partir du mois d'avril, les membres n'auront donc plus à se présenter au comptoir du centre sportif pour se procurer des billets à prix réduit avant de se rendre profiter de leur activité préférée.

Les rabais seront offerts directement sur place auprès

des différents fournisseurs de services sur présentation de la carte PSL.

« Nous sommes en train de

renégocier les ententes que nous avons avec tous les partenaires pour simplifier la vie de tout le monde. Par exemple, les gens qui voulaient avoir un

Major change to the Discount Program

The discount program for Bagotville's leisure and sports activities will undergo a major transformation starting April 1st, with the requirement to purchase tickets in advance at the base being eliminated.

Starting in April, members will no longer have to go to the gym counter to purchase discounted tickets before heading out to enjoy their favorite activity. Discounts will be offered directly on-site from the various service providers upon presentation of their PSL card.

"We are renegotiating the agreements we had with all our partners to make life easier for everyone. For example, people who wanted a discount for golf had to come to the base before going to the golf club to receive a discount. Now, they can present their PSL card directly at the counter of the participating golf club and receive the discount instantly," explains PSP Recreation Manager Audrey Lecours.

To benefit from the dis-

count, members will be required to have a PSL card for each participant, as was the case previously. Veterans, civilian members, and reservists will also need to obtain a card at the recreation center, if they don't already have one, to benefit from the discount program. Those who had to pay a fee to participate in the program will no longer have to do so.

"We wanted to simplify the process for everyone. Members no longer have to travel to the base before going on-site, we no longer have to manage ticket sales and production, and partners no longer have to worry about billing for their services. I think it will be convenient for everyone," adds Ms. Lecours.

This new procedure will also, according to the manager, make it possible to add new partners.

"We are currently working to finalize agreements with businesses, recreation, and sports venues to offer an even wider range of activities to our members starting April 1st. The response has been very positive. The new proc-

ess is attracting more businesses," concludes Audrey Lecours. Only two activities will continue to be offered from the base. These are discounted tickets for Chicoutimi Saguenéens games, due to exclusive access to the booking platform, and City of Saguenay skating and swimming passes, which will be available while supplies last.

Members with discounted tickets must use them before the deadline indicated on the ticket (March 31st or the end of the season, as applicable). No refunds will be issued for unused tickets.

The list of participating tourist sites, recreation centers, and businesses, along with the discounts offered, will be available by the end of the month on the [SBMFC website](#) or by following the link on the [PSP Bagotville Facebook page](#).

The PSP team will regularly update this list, and different activities will be added depending on the season. It is therefore worth checking the list regularly before heading out to enjoy an activity.

rabais pour le golf devaient venir à la base avant de se rendre au club de golf pour pouvoir avoir un rabais. Maintenant, ils pourront présenter directement leur carte PSL au comptoir du club de golf participant et obtenir le rabais instantanément », explique la gestionnaire loisirs PSP, Audrey Lecours.

Pour bénéficier du rabais, les membres devront obligatoirement avoir une carte PSL pour chaque participant, comme c'était le cas avant. Les vétérans, les membres civils et les réservistes devront aussi se procurer une carte au centre récréatif, s'ils ne l'ont pas déjà, pour bénéficier du programme de rabais. Ceux qui devaient payer des frais pour participer au programme n'auront plus à le faire.

« Nous avons voulu simplifier les démarches pour tout le monde. Les membres n'ont plus à se déplacer à la base avant de se rendre sur place, nous n'avons plus à gérer la vente et la production des billets et les partenaires n'ont plus à s'occuper de facturer leurs services. Je crois que ça fera l'affaire de tout le monde », ajoute M^{me} Lecours.

Cette nouvelle procédure permettra d'ailleurs, selon la responsable, d'ajouter de nouveaux partenaires. « Nous travaillons présentement à compléter les ententes avec les commerces, les lieux de loisirs

et de sports pour offrir une gamme d'activités encore plus variée à nos membres à compter du 1^{er} avril. La réponse est très positive. Le fait qu'il n'y ait plus de billet à acheter intéresse davantage d'entreprises », conclut Audrey Lecours.

Seules deux activités seront toujours offertes à partir de la base. Il s'agit des billets à rabais pour les matchs des Saguenéens de Chicoutimi, en raison de l'accès exclusif à la plateforme de réservation, et des cartes pour le patinage et la natation de la Ville de Saguenay, qui seront écoulées jusqu'à épuisement des stocks.

Les membres qui possèdent des billets à rabais doivent les utiliser avant la date limite indiquée sur le billet (le 31 mars ou la fin de la saison selon le cas). Aucun remboursement ne sera accordé pour les billets non utilisés.

La liste des sites touristiques, des centres de loisirs et des commerces participants ainsi que les rabais offerts sera disponible d'ici la fin du mois sur le [site des SBMFC](#) ou en suivant le lien sur la [page Facebook PSP Bagotville](#).

L'équipe PSP mettra à jour régulièrement cette liste et des activités différentes s'ajouteront selon les saisons. Il vaut donc la peine de vérifier régulièrement la liste avant de se rendre profiter d'une activité.

RESTAURANT TERRASSE

La Fringale

•Déjeuner •Menu du jour •Pizza

De 6 h à 11 h - SANDWICH DÉJEUNER à 9,70\$^{+taxes}
(SUR BAGEL, MUFFIN ANGLAIS OU PAIN DE MÉNAGE)

SPÉCIAL du MOIS
Petite poutine
pop-corn ou pogo
9\$^{+taxes}

OUVERT
du lundi au vendredi
de 6 h à 13 h 30

Menu du jour tous les midis

7112 ch St-Anicet - 418-677-1443

Jonathan Gilbert entraîne l'équipe de Bagotville

Depuis janvier dernier, l'équipe de dynamophilie de la BFC Bagotville peut compter sur les services du sgt Jonathan Gilbert, un haltérophile et un entraîneur d'expérience.

Jonathan Gilbert, qui compte 17 ans de service militaire à

son actif, se distingue également par son expérience remarquable en haltérophilie. C'est en 2003 qu'il a commencé à s'entraîner dans cette discipline, découvrant ainsi une passion qui l'a mené à sa première compétition en 2005. Cette même année, il s'est classé deuxième au



Sgt Jonathan Gilbert était très heureux de la création d'une équipe de dynamophilie à Bagotville. / Sgt Jonathan Gilbert was very happy with the creation of a powerlifting team in Bagotville.

compétitions par an, réparties en diverses catégories.

En plus de consacrer une multitude d'heures à l'entraînement, il a accumulé des formations, des certifications et des recherches sur le sport pour devenir un meilleur athlète et un meilleur entraîneur. Cofondateur d'un club local de dynamophilie. Depuis 2014, le club est passé d'un groupe de huit membres à près de quarante.

Depuis 2008, il est impliqué dans la Fédération québécoise de dynamophilie, où il a occupé diverses fonctions, dont celles d'arbitre et de directeur. Il est toujours actif en tant qu'arbitre.

« Avec ce parcours remarquable, nous sommes ravis de collaborer avec lui au sein de l'équipe de dynamophilie de

Bagotville. En plus d'être un atout précieux pour nous, il rêvait depuis longtemps qu'une équipe soit créée à Bagotville », lance le coordonnateur aux sports PSP de Bagotville, Mathieu Caron.

« Le maintien d'une masse musculaire acceptable est un prédateur non seulement de durée, mais de qualité de vie, je crois que la dynamophilie est un moyen amusant et sécuritaire de l'atteindre », mentionne Jonathan Gilbert, visiblement très heureux de sa nouvelle fonction d'entraîneur-chef.

Les membres qui désirent en savoir davantage sur la dynamophilie ou qui souhaiteraient se joindre à l'équipe de Bagotville sont invités à contacter Mathieu Caron par [courriel](#) ou par téléphone (poste 661-7253).

Pour vous servir!



Retraité des FAC en vente automobile

Released on march 15th of 2021 as a Military Police at CFB Bagotville. I am now a salesman at the family business and it will be a pleasure to serve the CAF community.

Alexandre Bergeron

Conseiller en produits

Tél: 418-549-5574

Cell: 418-817-2953

rocoto



1540, boul du Royaume Chicoutimi

Ombudsman

National Defence and Canadian Armed Forces



Défense nationale et Forces armées canadiennes



The nomination period for the Liz Hoffman Memorial Commendation is now open.

Nominate a person or group for their efforts to improve the Defence community.

OMBUDS.CA

La période de nomination pour la Mention d'honneur commémorative Liz Hoffman est maintenant ouverte.



Nommez une personne ou un groupe pour leurs efforts en vue d'améliorer la communauté de la Défense.

Canada

J. Gilbert coaches the Bagotville Team

Since last January, the CFB Bagotville powerlifting team has been able to count on the services of Sgt Jonathan Gilbert, an experienced weightlifter and coach.

Jonathan Gilbert, who has 17 years of military service under his belt, also stands out for his remarkable experience in weightlifting.

He began training in this discipline in 2003, discovering a passion that led him to his first competition in 2005. That same year, he placed second in the regional championship and fourth in the national championship. Between 2007 and 2013, he participated in an average of five competitions per year,

divided into various categories.

In addition to devoting countless hours to training, he has accumulated training, certifications, and research on the sport to become a better athlete and coach. Co-founder of the local powerlifting club. Since 2014, the club has grown from a group of eight members to nearly forty.

Since 2008, he has been involved with the Quebec Powerlifting Federation, where he has held various positions, including referee and director. He is still active as a referee.

"With such a remarkable track record, we are delighted to collaborate with him on the

Bagotville powerlifting team. In addition to being a valuable asset to us, he has long dreamed of creating a team in Bagotville," says Mathieu Caron, PSP sports coordinator in Bagotville.

"Maintaining acceptable muscle mass is a predictor not only of longevity, but also of quality of life. I believe powerlifting is a fun and safe way to achieve this," says Jonathan Gilbert, visibly delighted with his new role as head coach.

Members who wish to learn more about powerlifting or who would like to join the Bagotville team are invited to contact Mathieu Caron by [email](#) or by telephone (ext. 661-7253).



PLUS DE 70 CHOIX D'ENTRAÎNEMENT VIRTUELS À VOTRE PORTÉE!

Besoin d'une relocalisation sans tracas?

Contactez-nous!

Notre personnel expert:

- Simplifie votre vie lors de vos relocalisations
- Comprend vos particularités financières
- Est là pour chaque étape de votre carrière (et même après!)
- Offre des rabais et avantages exclusifs

Nous avons 7000 membres, ce n'est pas pour rien!



Desjardins
Caisse des militaires

Need a hassle-free relocation? Contact us!

Our expert staff:

- Makes relocation easier
- Understands your specific financial needs
- Is there at every stage of your career (even after!)
- Offers exclusive discounts and benefits

7,000 members, they can't be wrong!



caissedesmilitaires.com



Salvatoré

CHEZ PIZZA SALVATORÉ CHICOUTIMI-NORD
NOUS AVONS UN DEVOIR DE
RECONNAISSANCE

PROFITEZ DÉSORMAIS
D'UN RABAIS DE **15%**
SUR TOUTE COMMANDE

SI VOUS COMMANDEZ EN LIGNE (salvatore.com ou application)
UTILISEZ LE CODE « **FORCEARMÉE15** »

SI VOUS COMMANDEZ AU TÉLÉPHONE 418-696-0010,
MENTIONNEZ LE CODE « **FORCEARMÉE15** »

SI VOUS COMMANDEZ EN PERSONNE, **PRÉSENTEZ VOTRE CARTE** ATTESTANT DE VOTRE
APPARTENANCE AUX FORCES ARMÉES POUR BÉNÉFICIER DE CE RABAIS.

VOUS ÊTES MUTÉS? LAISSEZ-NOUS VOUS AIDER!

WE WILL BE GLAD TO SERVE YOU IN ENGLISH

Expérience - Expertise - Intégrité

Militaire à la retraite



Marie-Josée Grenon

Courtier immobilier
résidentiel et commercial

418-812-9660



Marc Dubois

Courtier immobilier
résidentiel et commercial

418-812-6004



Réjean Aubry

Courtier immobilier
résidentiel et commercial

418-591-3131



Via Capitale
Saguenay-Lac-Saint-Jean
Agence immobilière

POUR ACHETER OU VENDRE contactez nous!

viaprotections

HYPOTHÉCAIRE DOMICILIAIRE PROPRIÉTAIRE

Accrédités BGRS

STRENGTHENING THE FORCES ÉNERGISER LES FORCES

La santé mentale, un pilier essentiel dans les FAC

La santé mentale est un enjeu de taille dans les Forces armées canadiennes (FAC). Travailler dans un environnement où la pression, le stress opérationnel et les défis du quotidien sont omniprésents, peut avoir un impact considérable sur le bien-être psychologique des militaires et des civils qui les entourent.

Prendre soin de sa santé mentale, c'est aussi assurer sa pleine opérationnalité, être prêt à relever les défis et offrir le meilleur de soi-même, autant sur le plan professionnel que personnel. C'est pourquoi il est essentiel de briser les tabous, d'en parler ouvertement et de se doter d'outils concrets pour mieux naviguer à travers les périodes plus difficiles.

C'est dans cette optique qu'a été organisé le Congrès sur la santé mentale, initialement prévu en février, mais qui a dû être reporté en raison des conditions météorologiques. Bonne nouvelle : une nouvelle date est confirmée. Nous vous attendons donc le 15 avril, de 8 h à midi, pour cette première édition qui s'annonce des plus enrichissantes.

Des conférenciers passionnés viendront partager leur expertise pour vous outiller, vous inspirer et, surtout, vous rappeler que votre santé mentale mérite autant d'attention que votre santé physique. On vous encourage à y assister en grand nombre.

Inscrivez-vous dès maintenant en appelant au poste 661-7701 ou 661-7102. Prendre soin de sa santé mentale, c'est aussi ça, être opérationnel.

Mental Health, a Key Pillar in the CAF

Mental health is a major issue in the Canadian Armed Forces (CAF). Working in an environment where pressure, operational stress, and daily challenges are ever-present can have a considerable impact on the psychological well-being of military personnel and the civilians around them.

Taking care of one's mental health also means ensuring one's full operational readiness, being ready to take on challenges, and offering the best of oneself, both professionally and personally. This is why it is essential to break taboos, talk openly about it, and equip oneself with concrete tools to better navigate more difficult periods.

It was with this in mind that the Mental Health Conference was organized. Initially scheduled for February, it had to be postponed due to weather conditions. Good news: a new date has been confirmed. We look forward to seeing you on April 15th, from 8 a.m. to noon, for this first edition, which promises to be a most enriching one.

Passionate speakers will share their expertise to equip you, inspire you, and, above all, remind you that your mental health deserves as much attention as your physical health. We encourage you to attend in large numbers.

Register now by calling extension 661-7701 or 661-7102. Taking care of your mental health is also about being operational.

Visitez la page de la Promotion de la santé pour en savoir davantage sur les activités proposées.
Visit the Health Promotion online to learn more about the activities offered.

Vous n'êtes pas seul... Demandez de l'aide!

Aumôniers (24/7 jours)	0, demander l'aumônier de garde
Police militaire	Poste 661-7911 ou 661-7345
Services psychosociaux	Poste 661-7050
Clinique médicale du 25 ^e C SVC S FC	Poste 661-7208
CRFM	Poste 661-7468
Promotion de la santé	Poste 661-7102
Programme d'assistance aux membres et familles	1 800 268-7708
Programme d'aide aux employés civils	1 800 387-4765
Ligne info-famille	1 800 866-4546
Info santé/Info social	811
Centre de prévention du suicide	418 545-1919
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels	1 866 532-2822
Centre d'intervention sur l'inconduite sexuelle	1 844 750-1648
Soutien social; Blessures de stress opérationnel (SSBSO)	1 800 883-6094
Programme Espoir (deuil)	1 800 883-6094
Réseau Soldats Blessés	1 800 883-6094
Deuil 02	418 696-8861

Préparation financière: le secret d'une transition de carrière réussie

Votre sécurité financière est importante pour votre bien-être. Une situation stable, avec des ressources suffisantes, représente un objectif à atteindre ou à maintenir pour la paix d'esprit. Or, les militaires en transition de carrière changent de sources de revenus et risquent de subir une réduction de leur rémunération. Ils doivent trouver un revenu d'emploi régulier et suffisant pour couvrir leurs dépenses.

Pour cette raison, il est très important de comprendre les conséquences financières de la transition de carrière afin de vous préparer à l'évolution de vos revenus et maintenir votre qualité de vie dans le civil.

Identifier l'écart de revenus pour préparer ses options financières et adapter son niveau de vie

Il faut connaître les conséquences financières de sa transition de carrière AVANT de l'entamer, surtout en identifiant l'écart entre les revenus militaires et les revenus civils anticipés. Ainsi, avant votre transition, il est important de connaître cet écart de revenus, mais surtout de bien l'analyser.

Vous devrez commencer par comparer les revenus totaux nets mensuels qui sont déposés dans votre compte courant avec ce qui sera déposé comme revenus nets de la ou des pensions militaires. Cet écart est probablement plus petit que vous ne le pensez car il n'y aura pas de retenues à la source des programmes sociaux sur votre revenu de pension.

Après avoir chiffré cet écart, vous serez alors en mesure de calculer le nombre d'heures de travail rémunérées au salaire minimum requis pour venir le combler. Cette information, très importante, est celle qui vous permettra de bien identifier et de contrôler les répercussions financières de votre transition sur le budget de la famille et sur votre niveau de vie.

En suivant cette démarche simple, vous diminuerez l'anxiété. Vous pourrez prendre les mesures nécessaires pour conserver la même qualité de vie que celle dont vous profitez au sein des Forces.

La transition est propre à chacun. Sa planification aussi. Un accompagnement personnalisé de votre conseiller financier à cette étape importante de votre vie apporte beaucoup: moins de stress, moins de temps de recherche en ligne et des oublis fâcheux.

PATRICE BERGERON
Directeur général

 **Desjardins**
Caisse des militaires



Les récipiendaires des jetons du 100^e de l'ARC

Dans le cadre de son centième anniversaire, l'Aviation royale canadienne a fait produire 100 pièces (jetons) afin de souligner le dévouement et l'implication de 100 personnes à travers le Canada.

Par **Eric Gagnon**
Rédacteur en chef
Le Vortex

La BFC Bagotville s'est vu attribuer neuf de ces jetons afin de les remettre à autant de personnalités locales qui représentent à leur façon les valeurs de l'ARC. Au cours des derniers mois, l'adjudant-chef de la base, l'adjudc Mario Huard, a procédé à la remise

des neuf pièces souvenirs. Voici donc une brève présentation des récipiendaires régionaux de ces jetons du centenaire.



Eleanor Perry-Morissette

Eleanor Perry-Morissette, une aînée exceptionnelle de la

communauté anglophone du Saguenay-Lac-Saint-Jean. Fondatrice de l'organisme ECO-02.



El Hassan Amallal

El Hassan Amallal a immigré au Canada en 2011 pour travailler comme manœuvre à la fromagerie Boivin. Il est maintenant coordonnateur sénior en production. Il a obtenu sa citoyenneté canadienne en 2015. Hassan a étudié le droit au Maroc avant de venir au Canada. Il est un membre respecté de l'équipe de direction.



Jean-Benoît Simard-Gagnon

Jean-Benoît Simard-Gagnon, le # 13 des Voyageurs de Jonquière dans la ligue de Baseball junior élite du Québec, est impliqué dans la communauté jeunesse au baseball depuis plusieurs années. En 2023, il a été l'instigateur, avec des coéquipiers, d'un camp de jour pour les jeunes avec une spécialité baseball.

Le récipiendaire suivant, le Dr Donald Aubin a joué un rôle crucial lors de la pandémie de COVID-19. Son engagement inébranlable et son



Donald Aubin

dévouement envers la santé publique, en tant que directeur régional de la Santé publique, ont fait de lui un porte-parole exceptionnel.



Yannick Jean

Yannick Jean, entraîneur-chef et directeur général des Saguenéens depuis la saison 2014-2015, en est à sa 22^e saison dans la Ligue de hockey junior Maritime Québec. Originaire d'Alma, sa contribution des 22 dernières années envers la jeunesse sportive, ses implications communautaires et ses valeurs familiales fortes lui ont valu cette reconnaissance.



Marjorie Côté

Marjorie Côté est une femme d'affaires très active dans la

région. Copropriétaire et directrice générale d'Axcio et de Nolicam depuis plus de 15 ans et co-proprétaire de l'Hôtel Delta Saguenay et du Boston Pizza de Jonquière depuis plus de 5 ans, elle est fermement convaincue de l'importance de redonner à sa communauté et de venir en aide aux gens dans le besoin et se fait un devoir de donner de son temps à des organismes œuvrant dans diverses sphères d'activités.



Annie Deschamps

Annie Deschamps est depuis longtemps associée aux FAC, ayant soutenu son conjoint militaire, maintenant vétéran, elle travaille au CRFM de Bagotville depuis 23 ans comme coordonnatrice à la prévention, au soutien et à l'intervention en tant que travailleuse sociale. Elle est un atout précieux pour le bien-être des familles de la communauté de Bagotville.



Catherine Laprise

Catherine Laprise est titulaire d'un doctorat en sciences de l'environnement et d'une maîtrise en biologie de l'Université du Québec à Chicoutimi. Elle est professeure au département des

Suite du texte en page 13...



Économisez
grâce aux
rabais offerts
par BMO.



Banque officielle de la communauté
de la Défense canadienne

sciences fondamentales à l'UQAC depuis 2008, cotitulaire de la Chaire de recherche en santé durable du Québec et Directrice du Centre intersectoriel en santé durable de l'UQAC, elle est également titulaire de la Chaire de recherche en santé du Canada sur l'étude des déterminants génétiques de l'asthme et a publié de nombreux articles scientifiques dans des revues de renom.



Marc Bilodeau

Enfin, Marc Bilodeau est très engagé en tant que bénévole auprès de l'organisme Soli-Can. Son parcours l'a conduit à partager ses expériences et ses apprentissages avec ceux qui

en ont besoin. Il anime des groupes de soutien destinés aux hommes ayant vécu un deuil lié au cancer ou à une autre maladie, ou encore à ceux qui sont actuellement

en soins palliatifs.

L'équipe de commandement de la BFC Bagotville est très fière de la reconnaissance attribuée à toutes ces personnes et du dévouement dont elles font preuve au sein de la communauté régionale.



RCAF 100th Anniversary Coin

As part of its 100th anniversary, the Royal Canadian Air Force produced 100 commemorative coin to recognize the dedication and involvement of 100 people across Canada.

CFB Bagotville was awarded nine of these tokens to present to as many local figures who represent the values of the RCAF in their own way. Over the past few months, the base's Chief Warrant Officer, CWO Mario Huard, has been handing out the nine souvenir coins.

Here is a brief introduction to the regional recipients of these centennial tokens.

Eleanor Perry-Morissette, an exceptional elder from the English-speaking community of Saguenay-Lac-Saint-Jean. Founder of the ECO-02 organization,

El Hassan Amallal immigrated to Canada in 2011 to work as a laborer at the Boivin cheese factory. He is now a senior production coordinator. He obtained his Canadian citizenship in 2015. Hassan studied law in Morocco before coming to Canada. He is a respected member of our leadership team. He is married to a Quebecer and is the father of six children, all born in Canada.

Jean-Benoît Simard-Gagnon, the #13 player for the Jonquière

re Voyageurs in the Quebec Elite Junior Baseball League, has been involved in the youth baseball community for several years. In 2023, he and his teammates initiated a youth day camp with a baseball specialty.

Dr. Donald Aubin played a crucial role during the COVID-19 pandemic. His unwavering commitment and dedication to public health, as Regional Director of Public Health, made him an exceptional spokesperson.

Yannick Jean, head coach and general manager of the Saguenéens since the 2014-2015 season, is in his 22nd season in the Maritime Quebec Junior Hockey League. Originally from Alma, his contribution to youth sports over the past 22 years, his community involvement, and his strong family values have earned her this recognition.

Marjorie Côté is a very active businesswoman in the region. Co-owner and general manager of Axcio and Nolicam for over 15 years and co-owner of the Delta Saguenay Hotel and Boston Pizza in Jonquière for over 5 years, she firmly believes in the importance of giving back to her community and helping people in need, and makes it her duty to volunteer her time to organizations working in various spheres of activity.

Annie Deschamps feels strongly about the CAF, hav-

ing supported her military spouse, now a veteran, and at the Bagotville MFRC, where she has worked for 23 years as a Prevention, Support, and Intervention Coordinator (social worker). She is a valuable resource for the well-being of families in our community.

Catherine Laprise holds a PhD in Environmental Sciences and a Master's degree in Biology from the Université du Québec à Chicoutimi. She has been a professor in the Department of Basic Sciences at UQAC since 2008, co-holder of the Quebec Sustainable Health Research Chair and Director of the UQAC Intersectoral Center for Sustainable Health. She also holds the Canada Health Research Chair in the study of the genetic determinants of asthma and has published numerous scientific articles in renowned journals.

Marc Bilodeau is very involved as a volunteer with the Soli-Can organization. His career has led him to share his experiences and learnings with those in need. He leads support groups for men who have experienced grief related to cancer or another illnesses, or for those currently in palliative care.

The CFB Bagotville command team is very proud of the recognition given to all these individuals and the dedication they demonstrate.

LES BRÈVES VORTEX THE BRIEF



Relâche au Teen Town School Break

À l'occasion de la relâche scolaire, le Teen Town de Bagotville (la maison des jeunes) a allongé ses heures d'ouverture afin de proposer aux jeunes des activités variées et ludiques tout au long de la semaine. Les adolescent(e)s de la communauté ont donc eu l'occasion de prendre part, entre autres, à des initiations à la couture et au jeu Donjons et dragons, et une activité de survie en forêt. / During the school break, Bagotville's Teen Town (the youth house) extended its opening hours to offer young people a variety of fun activities throughout the week. The community's teenagers had the opportunity to take part in, among other things, sewing and Dungeons & Dragons introductions, as well as a forest survival activity.



Défi des Sommets

De gauche à droite : l'adj Mathieu Blanchette, le maj Jean-François Monetta, le capt Luc Robichaud et le capt Félix Vincent, tous issus de la 2^e Escadre Bagotville. Surnommés les « Disciples de Sisyphe », ils ont amassé plus de 1 500 \$ au profit des enfants atteints de cancer lors du Défi des Sommets du Mont-Édouard à l'Anse-Saint-Jean, organisé par la Fondation Leucan le 14 février dernier. / From left to right: WO Mathieu Blanchette, Maj Jean-François Monetta, Capt Luc Robichaud and Capt Félix Vincent, all from 2 Wing Bagotville. Nicknamed the "Disciples of Sisyphus," they raised more than \$1,500 for children with cancer during the Mont-Édouard Summit Challenge in L'Anse-Saint-Jean, organized by the Leucan Foundation on February 14.

Les meilleurs athlètes à l'honneur

Depuis le début de l'année 2025, deux grandes affiches ornent les murs du gymnase de la base. L'une présente les récipiendaires Platine et l'autre les records obtenus lors du test FORCE. Ces affiches qui rendent hommage aux meilleurs athlètes de la base mettent en évidence des records exceptionnels et des performances impressionnantes.

L'affiche des records met en évidence les réalisations remarquables de tous les athlètes ayant obtenu un temps record lors d'une des épreuves du test FORCE.

Ces exploits représentent un aperçu des capacités physiques extraordinaires démontrées par certains concurrents.

Certains demeurent invain-

cus depuis plusieurs années, ce qui témoigne de la difficulté d'obtenir des gains lorsque l'intensité est déjà à plus de 85 %. Ces exploits sont d'autant plus impressionnants et précieux qu'ils sont inscrits dans l'histoire des tests FORCE à Bagotville.

Les membres compétitifs sont rapidement interpellés par les résultats affichés et par les prouesses athlétiques de leurs pairs. Une façon simple de créer une certaine émulation et d'inciter les membres à se dépasser.

Petit rappel sur le test FORCE : chacune des quatre composantes du test se calcule sur un total de 100 points, les résultats étant ensuite combinés pour déterminer la note finale de condition physique opérationnelle, sur un total de



400 points. Pour obtenir le niveau Platine à ce test, il faut cumuler 397 points sur 400. Il s'agit d'une performance très impressionnante puisque seulement 0,1 % des membres des Forces armées canadiennes atteignent ces standards.

Cela requiert une combinaison de qualités physiques et techniques hors norme. Une telle performance démontre une puissance, une endurance et une force importante, et bien que le test pousse les militaires à leurs limites,

l'aspect technique et les critères de réussite sont également satisfaits. Une gestion efficace de l'effort pendant les épreuves est aussi cruciale pour optimiser les résultats.

« Ces affiches visent non seulement à récompenser les performances passées, elles incitent également chacun de nous à viser plus haut. Alors, qui parmi vous aura l'honneur de figurer sur le mur platine ou de battre un record? », lance le gestionnaire au conditionnement

physique et aux sports, Claudie Descoteaux.

Si vous n'avez pas encore vu ces affiches, ne manquez pas de les admirer lors de votre prochain passage au gymnase. Elles sont là pour inspirer tout le monde à atteindre de nouveaux sommets.

L'équipe du conditionnement physique veut féliciter l'accomplissement des militaires qui se retrouvent sur le mur platine et sur le tableau des records.



L'adjudant-chef Mario Huard (à gauche) et le colonel Phillip Rennison (à droite) posent fièrement avec la fiche du pointage (niveau Platine) obtenu au test FORCE. Ils apparaîtront bientôt sur le tableau d'honneur au gymnase de la base. / Chief Warrant Officer Mario Huard (left) and Colonel Phillip Rennison (right) proudly pose with their FORCE test Platinum scorecards. They will soon be on the honor roll at the Base gym.

Best athletes honored

Since the beginning of 2025, two large posters have adorned the walls of the base gymnasium. One features the Platinum recipients and the other the records achieved during the FORCE test. These posters, which pay tribute to the base's best athletes, highlight exceptional records and impressive performances.

The record poster highlights the remarkable achievements of all athletes who have achieved a record time in one of the FORCE test events. These feats represent a glimpse of the extraordinary physical abilities demonstrated by some competitors.

Some have remained undefeated for several years, which demonstrates the difficulty of making gains when the intensity is already above 85%. These feats are all the more impressive and valuable because they are

part of the history of the FORCE tests in Bagotville. Competitive members are quickly captivated by the results posted and the athletic prowess of their peers. A simple way to create a sense of competition and encourage members to excel.

A quick reminder about the FORCE test: each of the four components of the test is calculated out of a total of 100 points, the results of which are then combined to determine the final operational fitness score, out of a total of 400 points. To achieve the Platinum level on this test, a total of 397 points out of 400 is required. This is a very impressive performance, given that only 0.1% of Canadian Armed Forces members achieve these standards.

This requires a combination of exceptional physical and technical qualities. Such a performance demonstrates significant power, endur-

ance, and strength, and although the test pushes members to their limits, the technical aspect and success criteria are also met. Effective effort management during the tests is also crucial to optimizing results.

"These posters not only reward past performances, they also encourage each of us to aim higher." "So, who among you will have the honor to be featured on the platinum wall or break a record?" asks Claudie Descoteaux, Fitness and Sports Manager.

If you haven't seen these posters yet, be sure to admire them during your next visit to the gym. They're there to inspire everyone to reach new heights.

The Fitness team would like to congratulate the accomplishments of the soldiers who are featured on the platinum wall and the record board.

Bagotville souligne la Journée de la femme

Plus de 200 personnes ont pris part le 26 février dernier aux activités de la Journée internationale des droits des femmes, célébrée un peu à l'avance à la BFC Bagotville.

Le comité organisateur a choisi cette année une nouvelle formule prenant le forme d'un congrès avec des conférences et des ateliers.

La journée a débuté par une conférence de M^{me} Véronique Blackburn, qui a raconté son histoire de résilience. Grande sportive, elle a dû subir une chirurgie d'urgence pour une dissection de l'aorte en 2023. Elle a raconté son expérience et sa guérison qui l'ont menée à sa condition d'aujourd'hui. Elle a fait preuve de beaucoup de persévérance et de caractère pour passer à tra-



vers cette épreuve. Elle ne peut plus faire de sport au même niveau qu'avant, mais elle demeure active.

Cette conférence a été suivie,

pour le reste de la journée, par une série d'ateliers portant sur des sujets aussi diversifiés que les finances au féminin, l'entraînement physique, les acouphènes, la gestion du stress, la ménopause et l'équilibre dans l'action.

Les activités se sont conclues par une conférence animée par quatre femmes colonelles honoraires à Bagotville, Isabelle Thibeault (2 ESM), Ju-

lie Labbé (25^e C Svc S FC), Sonia Simard (12 ER) et Priscilla Nemey (433 ETAC). Elles ont parlé de leurs parcours, leurs passions, et ont donné accès à des facettes moins connues d'elles-mêmes.

Comme chaque année, le comité organisateur s'est associé à une cause et a amassé des dons matériels. Ces dons ont été remis cette année à

l'organisme *Les petits frères* qui vient en aide aux aînés seuls (en majorité des femmes).

Plusieurs prix de participation ont été attribués par tirage à la suite de la conférence de clôture.

Le comité organisateur s'est dit très heureux de la participation et du déroulement de cette journée unique.

Bagotville Women's Day

More than 200 people took part in International Women's Day activities on February 26th, celebrated a little early at CFB Bagotville.

This year, the organizing committee has chosen a new format in the form of a congress with conferences and workshops.

The day began with a talk by Ms. Véronique Blackburn, who shared her story of resilience. A keen athlete, she had to undergo emergency surgery for an aortic dissection in 2023. She recounted her experience and recovery, which led to her current condition. She showed great perseverance and character to get through this ordeal. She can no longer participate in sports at the same level as before, but she stay active.

This conference was followed for the rest of the day by a series of workshops on topics as diverse as women's finances, physical training,

tinnitus, stress management, menopause, and balance in action.

The activities concluded with a conference led by four honorary female colonels from Bagotville: Isabelle Thibeault (2 ESM), Julie Labbé (25th C CF H Svc), Sonia Simard (12 ER), and Priscilla Nemey (433 ETAC). They discussed their backgrounds and interests, and provided insight into lesser-known aspects of themselves.

As it does every year, the organizing committee partnered with a cause and collected material donations. This year, these donations were donated to the organization *Les petits frères*, which helps single seniors (mostly women).

Several participation prizes were awarded in a draw following the closing conference. The organizing committee said it was very pleased with the participation and the way this special day went.

Lorsqu'il s'agit de jeux de hasard et d'argent, il est important de respecter les Lignes directrices sur les habitudes de jeu à moindre risque.

Consultez le site lignesdirectricesjeu.ca pour en savoir plus.

LE MONTANT



1% Évitez de jouer plus de du revenu de votre ménage, avant impôts, par mois

LA FRÉQUENCE



4 Évitez de jouer plus de jours par mois

LE NOMBRE



2 Évitez de jouer régulièrement à plus de formes de jeux de hasard et d'argent



#LDHJ



COURSE BFC BAGOTVILLE CFB BAGOTVILLE RUN

HÔTE DE LA COURSE DE L'ARC / RACF RUN HOST



16 MAI 2025 / MAY 16TH



5, 10 KM & DEMI MARATHON
COURSE DES ENFANTS / KIDS RUN



GYMNASE.BAGOTVILLE@FORCES.GC.CA



PARTICIPANTS DE L'ARC: INSCRIPTIONS
OUVERTES

RACF RUNNERS: REGISTRATIONS ARE OPEN